

SERVICE
During the two-year guarantee/warranty period we recommend that you have service, other than battery replacement, done by an authorized Polar Service center. The warranty does not cover damage or consequential damage caused by service not authorized by Polar Electro. For contact information and all Polar Service Center addresses, visit www.polar.com/support and country-specific websites.

PRECAUTIONS
Polar products (training devices, activity trackers and accessories) are designed to indicate the level of physiological strain and recovery during and after exercise session. The Polar training devices and activity trackers measure heart rate and/or tell you activity. The Polar training devices with an integrated GPS show speed, distance and location. With a compatible Polar accessory the Polar training devices show speed and distance, cadence, location and power output. See www.polar.com/en/products/accessories for a complete list of compatible accessories. The Polar training devices with a barometric pressure sensor measure altitude and other variables. No other use is intended or implied. The Polar training device should not be used for obtaining environmental measurements that require professional or industrial precision.

Minimizing risks when exercising: Exercise may include some risk. Before beginning a regular exercise program, it is recommended that you answer the following questions concerning your health status. If you answer yes to any of these questions, we recommend that you consult a doctor before starting any training program.

- Have you been physically inactive for the past 5 years?
- Do you have high blood pressure or high blood cholesterol?
- Are you taking any blood pressure or heart medication?
- Do you have a history of breathing problems?
- Do you have symptoms of any disease?
- Are you recovering from a serious illness or medical treatment?
- Do you use a pacemaker or other implanted electronic device?
- Do you smoke?
- Are you pregnant?

In addition to exercise intensity, medications for heart conditions, blood pressure, psychological conditions, asthma, breathing, etc., as well as some energy drinks, drugs, alcohol, and nicotine may also affect heart rate. It is important to be sensitive to your body's responses during exercise. **If you feel unexpected pain or excessive fatigue when exercising, it is recommended that you stop the exercise or continue at a lighter intensity.**

Note! If you are using a pacemaker, you can use Polar products. In theory interference to pacemaker caused by Polar products should not be possible. In practice no reports exist to suggest anyone ever having experienced interference. We cannot however issue an official guarantee on our products' suitability with all pacemakers or other implanted devices due to the variety of devices available. If you have any doubts, or if you experience any unusual sensations while using Polar products, please consult your physician or contact the implanted electronic device manufacturer to determine safety in your case.

If you are allergic to any substance that comes into contact with your skin or if you suspect an allergic reaction due to using the product, check the listed materials in Technical Specifications. In case of any skin reaction, stop using the product and consult your physician.

 *The combined impact of moisture and intense abrasion may cause a black color to come off the heart rate sensor's surface, possibly staining light-colored clothes. It may also cause a darker color to come off clothing, possibly staining lighter-colored training devices. To keep a light-colored training device glowing for years to come, please make sure the clothing you wear while training does not bleed color. If you use perfume or insect repellent on your skin, you must ensure that it does not come into contact with the training device or the heart rate sensor.*

 *If you train in cold conditions (-20 °C to -10 °C / -4 °F to 14 °F) we recommend that you wear the training device under the sleeve of your jacket, directly on your skin.*

Disturbance may occur near electrical devices and WLAN base stations. To avoid erratic reading or misbehaviors, move away from possible sources of disturbance. For further information, see www.polar.com/support.

LIMITED INTERNATIONAL POLAR GUARANTEE
Polar Electro Oy issues a limited international guarantee for Polar products. For products which have been sold in the USA or Canada, guarantee is issued by Polar Electro Inc. Polar Electro Oy/Polar Electro Inc. guarantees the original consumer/purchaser of the Polar product that the product will be free from defects in material or workmanship for two (2) years from the date of purchase. The guarantee does not cover normal wear and tear of the battery, or other normal wear and tear, damage due to misuse, abuse, accidents or non-compliance with the precautions; improper maintenance, commercial use, cracked, broken or scratched cases/displays, armband, elastic strap and Polar apparel. The guarantee does also not cover any damage/s, losses, costs or expenses, direct, indirect or incidental, consequential or otherwise, arising out of, or related to the product. Guarantee does not cover products which have been purchased second hand. During the guarantee period, the product will be either repaired or replaced at any of the authorized Polar Central Services regardless of the country of purchase. Guarantee issued by Polar Electro Oy/Inc. does not affect the consumer's statutory rights under applicable national or state laws in force, or the consumer's rights against the dealer arising from their sales/purchase contract. **You should keep the receipt as a proof of purchase!** Guarantee with respect to any product will be limited to countries where the product has been initially marketed by Polar Electro Oy/Inc. You can find terms of Polar Electro limited international guarantee at www.polar.com/en/support/warranty.

Polar Electro Oy is a ISO 9001:2008 certified company.

 This product is compliant with Directives 1999/5/EC and 2011/65/EU. The relevant Declaration of Conformity is available at www.polar.com/en/regulatory_information.

 **CE 0537** This product is compliant with Directives 93/42/EEC, 1999/5/EC and 2011/65/EU. The relevant Declaration of Conformity is available at www.polar.com/en/regulatory_information.

 This product is compliant with Directives 2013/56/EC and 2012/19/EU. Separate disposal for battery and electronics.

 This marking shows that the product is protected against electric shocks.

COMPLIANCE STATEMENT

CANADA
Polar Electro Oy has not approved any changes or modifications to this device by the user. Any changes or modifications could void the user's authority to operate the equipment.
Polar Electro Oy n'a approuvé aucune modification apportée à l'appareil par l'utilisateur, quelle qu'en soit la nature. Tout changement ou toute modification peuvent annuler le droit d'utilisation de l'appareil par l'utilisateur.

Industry Canada (IC) regulatory information
This device complies with Industry Canada licence-exempt RSS standard(s). Operation is subject to the following two conditions: (1) this device may not cause interference, and (2) this device must accept any interference, including interference that may cause undesired operation of the device.

Avis de conformité à la réglementation d'Industrie Canada
Le présent appareil est conforme aux CNR d'Industrie Canada applicables aux appareils radio exempts de licence. L'exploitation est autorisée aux deux conditions suivantes: (1) l'appareil ne doit pas produire de brouillage, et (2) l'utilisateur de l'appareil doit accepter tout brouillage radioélectrique subi, même si le brouillage est susceptible d'en compromettre le fonctionnement.

Class B digital device notice
This Class B digital apparatus complies with Canadian ICES-003, RSS-Gen and RSS-210. Cet appareil numérique de la classe B est conforme à la norme NMB-003, CNR-Gen et CNR-210 du Canada.

USA
Polar Electro Oy has not approved any changes or modifications to this device by the user. Any changes or modifi cations could void the user's authority to operate the equipment.

FCC regulatory information
This device complies with part 15 of the FCC rules. Operation is subject to the following two conditions: (1) This device may not cause harmful interference, and (2) This device must accept any interference received, including interference that may cause undesired operation.

Note: This equipment has been tested and found to comply with the limits for a Class B digital device, pursuant to part 15 of the FCC Rules. These limits are designed to provide reasonable protection against harmful interference in a residential installation. This equipment generates, uses and can radiate radio frequency energy and, if not installed and used in accordance with the instructions, may cause harmful interference to radio communications. However, there is no guarantee that interference will not occur in a particular installation.

If this equipment does cause harmful interference to radio or television reception, which can be determined by turning the equipment off and on, the user is encouraged to try to correct the interference by one or more of the following measures:

1. Reorient or relocate the receiving antenna.
2. Increase the separation between the equipment and receiver.
3. Connect the equipment into an outlet on a circuit different from that to which the receiver is connected.
4. Consult the dealer or an experienced radio/ TV technician for help.

This product emits radio frequency energy, but the radiated output power of this device is far below the FCC radio frequency exposure limits. This equipment complies with FCC RF radiation exposure limits forth for an uncontrolled environment. Nevertheless, the device should be used in such a manner that the potential for human contact with the antenna during normal operation is minimized.

DISCLAIMER
• The material in this manual is for informational purposes only. The products it describes are subject to change without prior notice, due to the manufacturer's continuous development program.
• Polar Electro Inc./Polar Electro Oy makes no representations or warranties with respect to this manual or with respect to the products described herein.
• Polar Electro Inc./Polar Electro Oy shall not be liable for any damages, losses, costs or expenses, direct, indirect or incidental, consequential or special, arising out of, or related to the use of this material or the products described herein.

DEUTSCH
SERVICE
Wir empfehlen dir, während der zweijährigen Garantiezeit Wartungen und Reparaturen, mit Ausnahme des Batteriewechsels, nur vom Polar Kundenservice durchführen zu lassen. Schäden und Folgeschäden, die durch nicht von Polar Elektro autorisiertem Personal vorgenommene Reparaturen verursacht werden, sind ausgeschlossen. Kontaktinformationen und Adressen der Polar Serviceabteilungen findest du unter www.polar.com/de/support und auf der Website des jeweiligen Landes.

WICHTIGE HINWEISE
Polar Produkte (Trainingsgeräte, Activity Tracker und Zuhörer) sind darauf ausgelegt, die physische Belastung und Erholung während und nach deinen Trainingseinheiten anzuzeigen. Die Polar Trainingsgeräte und Activity Tracker messen deine Herzfrequenz und/oder informieren über deine Aktivitäten. Die Polar Trainingsgeräte mit integriertem GPS zeigen deine Geschwindigkeit, Distanz und Position an. Mit kompatibelem Polar Zuhörer zeigt die Polar Trainingsgeräte Geschwindigkeit und Distanz, Trittfrequenz, Position und Leistung an. Eine vollständige Liste des kompatiblen Zuhörers findest du unter www.polar.com/de/produkte/accessories. Die Polar Trainingsgeräte mit einem Luftdrucksensor messen die Höhe und weitere Variablen. Andere Anwendungsbereiche sind nicht vorgesehen. Das Polar Trainingsgerät ist nicht zum Messen von Umgebungsdaten vorgesehen, die professionelle oder industrielle Genauigkeit erfordern.

Gehe beim Training auf Nummer sicher: Training kann Risiken in sich bergen. Wir empfehlen dir, vor Beginn eines regelmäßigen Trainingsprogramms die folgenden Fragen hinsichtlich deines Gesundheitszustandes zu beantworten. Falls du mindestens eine dieser Fragen mit Ja beantwortest, empfehlen wir dir, mit einem Arzt zu sprechen, bevor du ein Trainingsprogramm beginnst.

- Hast du während der letzten fünf Jahre sportlich inaktiv?
- Hast du Bluthochdruck oder einen hohen Cholesterinspiegel?
- Nimmst du blutdruckregulierende oder Herz-Medikamente ein?
- Hast du in der Vergangenheit unter Atembeschwerden gelitten?
- Hast du Symptome einer Krankheit?
- Bist du zurzeit in der Rekonvaleszenz nach einer schweren Erkrankung oder einer medizinischen Behandlung?
- Trägst du einen Herzschrittmacher oder ein sonstiges implantiertes elektronisches Gerät?
- Rauchst du?
- Bist du schwanger?

Die Herzfrequenz kann nicht nur durch die Trainingsintensität, sondern zusätzlich auch durch Medikamente gegen Erkrankungen des Herzens, Asthma, Atembeschwerden usw. sowie durch Energy-Drinks, Alkohol und Nikotin beeinflusst werden. Achte während des Trainings unbedingt auf die Reaktionen deines Körpers. Wenn du während des Trainings ungewöhnliche Empfindungen oder starke Ermüdung verspürst, solltest du das Training beenden oder mit einer geringeren Intensität fortfahren.

Hinweis! Auch wenn du einen Herzschrittmacher trägst, kannst du Polar Produkte nutzen. Theoretisch sollten keine Störungen des Herzschrittmachers durch Polar Produkte auftreten. Es liegen keinerlei Berichte über das Auftreten solcher Störungen vor. Aufgrund der Vielzahl der Modelle solcher Geräte können wir jedoch keine offizielle Garantie für die Eignung unserer Produkte mit allen Herzschrittmachern oder sonstigen implantierten Geräten übernehmen. Wenn du Zweifelst hast oder bei der Verwendung von Polar Produkten ungewöhnliche Empfindungen auftreten, konsultiere deinen Arzt oder wende dich an den Hersteller des implantierten elektronischen Gerätes, um sicherzustellen, dass du das Polar Produkt ohne Bedenken verwenden kannst.

Wenn du allergisch auf Substanzen reagierst, die mit der Haut in Berührung kommen, oder wenn du eine allergische Reaktion vermutest, die auf die Verwendung des Produktes zurückzuführen ist, überprüfe die aufgelisteten Produktmaterialien im Kapitel „Technische Spezifikationen“. Im Fall von jeglichen Hautreaktionen verwende das Gerät nicht weiter und frage deinen Arzt.

 *Die Kombination aus Feuchtigkeit und starker Reibung kann dazu führen, dass sich die schwarze Farbe von der Oberfläche des Herzfrequenz-Sensors löst und möglicherweise helle Kleidung verfärbt. Diese Kombination kann auch bewirken, dass sich dunklere Farbe von der Kleidung löst und Flecken auf Trainingsgeräten hellerer Farbe verursacht. Damit ein Trainingsgerät heller Farbe für viele Jahre seinen Glanz behält, trage bitte während des Trainings keine Kleidung, die abfärbt. Wenn du Parfum oder Insektenschutzmittel verwendest, stelle sicher, dass dieses nicht mit dem Trainingsgerät oder dem Herzfrequenz-Sensor in Kontakt kommt.*

 *Wenn du bei Kälte trainierst (-20 °C bis -10 °C), empfehlen wir dir, das Trainingsgerät unter deiner Sportbekleidung direkt auf der Haut zu tragen.*

In der Nähe von elektrischen Geräten und WLAN-Basisstationen kann es zu Störungen kommen. Um fehlerhafte Anzeigen oder Fehlfunktionen zu verhindern, meide mögliche Störquellen. Weitere Informationen findest du unter www.polar.com/de/support.

WELTWEITE GARANTIE DES HERSTELLERS
Polar Electro Oy gewährt eine weltweite Garantie für Polar Produkte. Für Produkte, die in den USA oder Kanada verkauft wurden, wird die Garantie von Polar Electro, Inc. gewährt. Polar Electro Oy/Polar Electro Inc. gewähren dem Erstkunden/Erstkäufer dieses Produkts eine Garantie von zwei (2) Jahren ab Kaufdatum bei Mängeln, die auf Material- oder Fabrikationsfehler zurückzuführen sind. Von der Garantie ausgeschlossen sind: normaler Verschleiß der Batterie und sonstiger normaler Verschleiß, Beschädigungen durch unsachgemäßen und/oder gewerlichen Gebrauch, Unfall oder unsachgemäße Handhabung, eine Mischung der wichtigen Hinweise. Ausgenommen von der Garantie sind auch gesprungene oder zerbrochene Gehäuse, der Elektrodenzug und Polar Sportbekleidung. Die Garantie umfasst zudem keine Schäden oder Folgeschäden, die durch Wartungsarbeiten von nicht durch Polar autorisiertem Personal entstanden sind. Die Garantie deckt keine mittelbaren oder unmittelbaren Schäden oder Folgeschäden, Verluste, entstandenen Kosten oder Ausgaben, die mit dem Produkt in Zusammenhang stehen. Die Garantie gilt nicht für aus zweiter Hand erworbene Produkte. Während der Garantiezeit wird das Produkt bei Fehlen von einem durch Polar autorisierten Service-Center kostenlos repariert oder ersetzt, unabhängig von dem Land, in dem das Produkt erworben wurde. Die von Polar Electro Oy/Inc. gewährte Garantie schränkt weder die gesetzlichen Rechte des Kunden nach dem jeweils geltenden nationalen Recht noch die Rechte des Kunden gegenüber dem Händler aus dem zwischen beiden geschlossenen Kaufvertrag ein. **Bewahre die Quittung als Kaufbeleg gut auf!** Die Garantie für alle Produkte ist auf die Länder beschränkt, in denen das Produkt von Polar Electro Oy/Inc. ursprünglich angeboten wurde. Die Bedingungen der weltweiten Garantie von Polar Electro findest du unter <http://www.polar.com/en/support/warranty>.

Polar Electro Oy ist ein nach ISO 9001:2008 zertifiziertes Unternehmen.

 Dieses Produkt erfüllt die Anforderungen der Richtlinien 1999/5/EG und 2011/65/EU. Die zugehörige Konformitätserklärung ist erhältlich unter www.polar.com/en/regulatory_information.

 **CE 0537** Dieses Produkt erfüllt die Anforderungen der Richtlinien 93/42/EWG, 1999/5/EG und 2011/65/EU. Die zugehörige Konformitätserklärung ist erhältlich unter www.polar.com/en/regulatory_information.

 Dieses Produkt erfüllt die Anforderungen der Richtlinien 2013/56/EG und 2012/19/EU. Die Batterie und die elektronischen Bauteile sind getrennt zu entsorgen.

 Dieses Symbol gibt an, dass das Produkt gegen Stromschläge geschützt ist.

HAFTUNGSAUSSCHLUSS
• Der Inhalt dieser Anleitung dient ausschließlich Informationszwecken. Die Hersteller dieser Produkte übernehmen keine Zusage der kontinuierlichen Weiterentwicklung ohne Ankündigung geändert werden.
• Polar Electro Inc./Polar Electro Oy übernimmt keinerlei Verantwortung oder Gewährleistung bezüglich dieser Anleitung oder der in ihr beschriebenen Produkte.
• Polar Electro Inc./Polar Electro Oy lehnt jegliche Haftung für Schäden oder Folgeschäden, Verluste, entstandene Kosten oder Ausgaben, die mittelbar oder unmittelbar mit der Benutzung dieser Kurzanleitung oder der in ihr beschriebenen Produkte in Zusammenhang stehen, ab.

FRANÇAIS

SERVICE APRÈS-VENTE
Durant les 2 ans de garantie, nous vous recommandons de vous adresser à un Centre de service après-vente agréé Polar pour réparation éventuelle (autre que le remplacement de la pile). La garantie ne couvre pas les dommages directs ou causés par un service après-vente non agréé par Polar-Électro. Pour obtenir les coordonnées et l'adresse de tous les Centres de service après-vente agréés Polar, visitez la page www.polar.com/support et le site Web propre à chaque pays.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI
Les produits Polar (dispositifs d'entraînement, suivieurs d'activité et accessoires) sont conçus pour indiquer votre forme ainsi que votre activité pendant et après les séances d'entraînement. Les dispositifs d'entraînement et les suivieurs d'activité Polar mesurent la fréquence cardiaque et/ou indiquent votre activité. Les dispositifs d'entraînement Polar avec un GPS intégré affichent la vitesse, la distance et la localisation. Avec un accessoire Polar compatible, les dispositifs d'entraînement Polar affichent la vitesse et la distance, la cadence, la localisation et la puissance. Pour obtenir la liste complète des accessoires compatibles, consultez la page www.polar.com/en/products/accessories. Les dispositifs d'entraînement Polar avec un altimètre barométrique mesurent l'altitude ainsi que d'autres variables. Aucun autre usage n'est impliqué. Le dispositif d'entraînement Polar ne doit pas être utilisé pour obtenir des mesures environnementales nécessitant une précision professionnelle ou industrielle.

Minimiser les risques lors des séances d'entraînement: L'entraînement peut présenter certains risques. Avant de commencer un programme d'entraînement régulier, il est recommandé de prendre le temps de répondre aux questions suivantes concernant votre santé. Si vous répondez affirmativement à l'une de ces questions, nous vous recommandons de consulter un médecin avant d'entamer tout programme d'entraînement.

- Avez-vous cessé toute pratique d'une activité physique depuis plus de 5 ans ?
- Avez-vous de l'hypertension ou un taux de cholestérol élevé ?
- Prenez-vous des médicaments pour la pression artérielle ou pour le cœur ?
- Avez-vous (ou avez-vous eu) des problèmes respiratoires ?
- Prenez-vous des symptômes d'une pathologie quelconque ?
- Avez-vous en période de convalescence ou suivez-vous actuellement un traitement médical ?
- Êtes-vous porteur d'un stimulateur cardiaque ou d'un autre appareil électronique implanté ?
- Est-ce que vous fumez ?
- Êtes-vous enceinte ?

En plus d'une activité physique intense, les médicaments pour le cœur, la pression artérielle, les conditions psychologiques, l'asthme, la respiration, etc., ainsi que certaines boissons énergisantes, l'alcool et la nicotine peuvent également affecter la fréquence cardiaque. Il est important de tenir compte des réactions de votre corps lors de vos entraînements. **Si lors de votre entraînement, vous ressentez une douleur inattendue ou une fatigue excessive, il est recommandé d'arrêter l'exercice ou de continuer à moindre intensité.**

Remarque ! Si vous portez un stimulateur cardiaque, vous pouvez utiliser les produits Polar. En théorie, les produits Polar ne doivent pas pouvoir causer d'interférences avec les stimulateurs cardiaques. Dans la pratique, aucun rapport ne laisse penser que quiconque ait expérimenté des interférences. Toutefois, nous ne pouvons pas émettre de garantie officielle concernant l'adéquation de nos produits avec tous les stimulateurs cardiaques ou autres dispositifs implantés en raison de leur diversité. En cas de doute ou si vous ressentez des sensations inhabituelles lors de l'utilisation de produits Polar, consultez votre médecin ou contactez le fabricant du dispositif électronique implanté afin de vous assurer de votre sécurité.

Si vous êtes allergique à une substance qui entre en contact avec votre peau ou si vous suspectez une réaction allergique due à l'utilisation de ce produit, consultez la liste des matériaux dans les Caractéristiques techniques. En cas de réaction cutanée, cessez d'utiliser le produit et consultez votre médecin.

 *L'humidité et l'abrasion combinées peuvent faire en sorte que du noir se forme à la surface de l'émetteur de fréquence cardiaque, maculant ainsi les vêtements clairs. Elles peuvent également noircir les dispositifs, maculant ainsi les dispositifs d'entraînement de couleur claire. Pour garder un vêtement d'entraînement de couleur claire en bon état pendant plusieurs années, assurez-vous que les vêtements que vous portez pendant votre entraînement ne déteignent pas. Si vous appliquez sur votre peau du parfum ou un spray insecticide, assurez-vous que le produit n'entre pas en contact avec le dispositif d'entraînement ou l'émetteur de fréquence cardiaque.*

Si vous vous entraînez dans des conditions de grand froid (de -20 °C à -10 °C), il est recommandé de porter le dispositif d'entraînement sous la manche de votre veste, directement sur la peau.

Des interférences sont possibles à proximité d'appareils électriques et de bornes WLAN. Pour éviter toute lecture erronée ou tout dysfonctionnement, éloignez-vous des sources possibles d'interférence. Pour plus d'informations, consultez la page www.polar.com/support.

GARANTIE INTERNATIONALE POLAR
Polar Electro Oy émet une garantie internationale limitée pour les produits Polar. Pour les produits vendus aux États-Unis ou au Canada, la garantie est émise par Polar Electro, Inc. Polar Electro Oy/Polar Electro Inc. garantissent à l'acheteur initial du produit Polar que ce dernier est exempt de défauts liés aux matières premières ou à la fabrication, et ce, pendant un délai de deux (2) ans à partir de la date d'achat. La garantie ne couvre pas les dommages directs ou indirects, consécutifs ou non, les dégâts liés à une mauvaise utilisation, à une utilisation abusive, aux accidents ou au non-respect des précautions d'emploi, à un mauvais entretien, à une utilisation commerciale, les boîtiers/écrans cassés ou rayés, les brassards, les ceintures élastiques ni les vêtements Polar. La garantie ne couvre pas les dommages, pertes, dépenses ou frais, directs ou indirects, de portée générale, consécutifs ou particuliers, causés par ou liés au produit. La garantie ne couvre pas les produits achetés d'occasion. Durant la période de garantie, le produit sera réparé ou remplacé, indépendamment de la cause du problème, à la discrétion de Polar Electro Oy/Inc. Le service client officiel gèrera votre Centre de service après-vente agréé Polar, quel que soit le pays d'achat. La garantie émise par Polar Electro Oy/Inc. n'affecte pas les droits légaux des consommateurs applicables dans le cadre des législations nationales ou fédérales en vigueur, ni les droits des consommateurs à l'encontre du revendeur concernant les litiges liés aux contrats d'achat et de vente. **Vous devez conserver le reçu comme preuve d'achat !** La garantie couvrant tout produit est limitée aux pays dans lesquels ce produit est commercialisé par Polar Electro Oy/Inc. **Les conditions de la garantie internationale limitée Polar Electro sont disponibles à l'adresse www.polar.com/en/support/warranty.**

Polar Electro Oy est une entreprise certifiée ISO 9001:2008.

 **CE** Ce produit est conforme aux dispositions des directives 1999/5/CE et 2011/65/UE. La Déclaration de Conformité correspondante est disponible à l'adresse www.polar.com/en/regulatory_information.

 **CE 0537** Ce produit est conforme aux dispositions des directives 93/42/CEE, 1999/5/CE et 2011/65/UE. La Déclaration de Conformité correspondante est disponible à l'adresse www.polar.com/en/regulatory_information.

 Ce produit est conforme aux dispositions des directives 2013/56/UE et 2012/19/UE. L'élimination séparée de la pile et des composants électroniques.

 Ce marquage indique que le produit est protégé contre les chocs électriques.

DÉCHARGE DE RESPONSABILITÉ
• Les informations contenues dans ce manuel sont données à titre indicatif seulement. Les produits décrits sont susceptibles de modification sans avis préalable de la part du fabricant, en raison de perfectionnements techniques permanents.
• Polar Electro Oy / Polar Electro Inc. ne prennent aucun engagement et n'accordent aucune garantie quant à ce manuel, ni aux produits décrits dans celui-ci.
• Polar Electro Oy / Polar Electro Inc. ne sont donc en aucun cas responsables des dommages, pertes, dépenses ou frais, directs ou indirects, de portée générale, particulière, causés ou liés à l'usage des produits décrits dans ce manuel.

ITALIANO

ASSISTENZA
Durante il periodo di garanzia di due anni, si consiglia di rivolgersi esclusivamente al Centro di Assistenza Tecnica Polar autorizzato per interventi diversi dalla sostituzione della batteria. La garanzia non copre danni provocati o conseguenti ad una errata assistenza se eseguita da personale non autorizzato Polar Electro. Per le informazioni di contatto e tutti gli indirizzi relativi al Centro di Assistenza Tecnica Polar, visitate il sito www.polar.com/support e i siti web specifici per ogni Paese.

PRECAUZIONI
I prodotti Polar (dispositivi di allenamento, activity tracker e accessori) sono progettati per indicare il livello di sforzo fisiologico e di recupero durante e dopo una sessione di allenamento. I dispositivi di allenamento e gli activity tracker Polar calcolano la frequenza cardiaca e/o indicano l'attività. I dispositivi di allenamento Polar con GPS integrato mostrano velocità, distanza e posizione. Con un accessorio Polar compatibile, i dispositivi di allenamento Polar mostrano anche la velocità, la cadenza, posizione e potenza. Per un elenco completo degli accessori compatibili, consultate il sito www.polar.com/en/products/accessories. I dispositivi di allenamento Polar con sensore di pressione atmosferica calcolano altitudine e altre variabili. Il prodotto non è destinato ad alcun altro uso. Il dispositivo di allenamento Polar non deve essere utilizzato per eseguire misurazioni ambientali di precisione di tipo professionale o industriale.

Riduzione dei rischi durante l'allenamento: L'attività fisica può comportare dei rischi. Prima di iniziare un regolare programma di allenamento, rispondere alle seguenti domande per verificare il proprio stato di salute. In caso di risposta affermativa a una delle domande, consultare un medico prima di avviare un programma di allenamento di qualsiasi tipo.

- Non hai praticato attività fisica negli ultimi 5 anni?
- Hai problemi di ipertensione o hai un tasso di colesterolo elevato?
- Assumi farmaci contro l'ipertensione o per il cuore?
- Hai riscontrato in passato problemi respiratori?
- Hai rilevato sintomi di una qualsiasi patologia?
- Sei convalescente in seguito a una malattia grave o a una cura?
- Sei portatore di pace-maker o di altro dispositivo impiantato?
- Fumi?
- Aspetti un bambino?

Oltre all'intensità dell'allenamento, ai farmaci per il trattamento di disturbi cardiaci, alla pressione arteriosa, alle condizioni psicologiche, all'asma, all'attività respiratoria, ecc., anche alcune bevande stimolanti, droghe, l'alcol e la nicotina possono avere effetti sulla frequenza cardiaca. È importante prestare attenzione alle proprie reazioni fisiologiche durante l'allenamento. **Se si avverte un dolore inatteso o una stanchezza eccessiva, è bene sospendere l'allenamento o ridurre l'intensità.**

Nota! I portatori di pace-maker possono utilizzare i prodotti Polar. In teoria, i prodotti Polar non dovrebbero causare interferenze con i pacemaker. In pratica, non esiste alcun rapporto che indichi interferenze. Tuttavia, non possiamo rilasciare una garanzia ufficiale di idoneità dei nostri prodotti con tutti i pace-maker o altri dispositivi impiantati a causa della varietà di dispositivi disponibili. In caso di dubbi, o se si dovessero verificare delle sensazioni insolite durante l'uso dei prodotti Polar, si prega di consultare il proprio medico o contattare il produttore del dispositivo impiantato per confermare la propria sicurezza.

In caso di allergia a qualche sostanza che viene a contatto con la pelle o se si sospetta una reazione allergica dovuta all'utilizzo del prodotto, controllare i materiali elencati su Informazioni tecniche. In caso di reazioni allergiche da contatto, cessare di usare il prodotto e consultare il proprio medico.

 *L'azione combinata dell'umidità e dell'attrito può causare il distacco della superficie nera del sensore di frequenza cardiaca e quindi macchiare i capi d'abbigliamento chiaro. Potrebbe anche causare il distacco e la macchia di colore più scuro dai capi d'abbigliamento, macchiando i dispositivi di allenamento di colore più chiaro. Per mantenere per anni il colore dei dispositivi di allenamento chiaro, assicurarsi che i capi d'abbigliamento indossati durante l'allenamento non perdano colore. Se si utilizza profumo o repellente per insetti sulla pelle, è necessario evitare che entri in contatto con il dispositivo di allenamento o il sensore di frequenza cardiaca.*

Se ci si allena in condizioni climatiche rigide (da -20°C a -10°C), si consiglia di indossare il dispositivo di allenamento sotto la manica della giacca, direttamente sulla pelle.

Si possono verificare disturbi accanto a dispositivi elettrici e stazioni base WLAN. Per evitare errori di lettura dei valori e anomalie, allontanarsi dalle possibili fonti di disturbo. Per ulteriori informazioni, consultate www.polar.com/support.

GARANZIA INTERNAZIONALE LIMITATA POLAR
Polar Electro Oy rilascia una Garanzia Internazionale limitata per i prodotti Polar. Per i prodotti commercializzati negli Stati Uniti o in Canada, la garanzia viene rilasciata da Polar Electro, Inc. Polar Electro Oy/Polar Electro Inc. garantisce all'acquirente/ al consumatore originale del dispositivo Polar che il prodotto è privo di difetti di fabbricazione e nei materiali per due (2) anni dalla data di acquisto. La garanzia non copre la normale usura della batteria o altro tipo di normale usura, i danni derivanti da cattivo uso, uso improprio, incidenti, mancata osservanza delle dovute precauzioni, manutenzione inadeguata, uso commerciale, rottura o lesione della cassa/del display, della fascetta, della fascia elastica e dell'apparecchio Polar. La presente garanzia non copre inoltre i danni, le perdite, i costi e le spese, diretti, indiretti o accessori, derivanti dal prodotto o a esso riconducibili. La garanzia non copre i prodotti acquistati di seconda mano. Durante il periodo di validità della garanzia, il prodotto sarà riparato o sostituito presso i Centri di Assistenza autorizzati Polar indipendentemente dal Paese in cui si è effettuato l'acquisto. La garanzia rilasciata da Polar Electro Oy/Inc. non esclude alcun diritto statutario del consumatore, ai sensi delle leggi nazionali o regionali in vigore, e nessun diritto del consumatore nei confronti del rivenditore derivante dal relativo contratto di vendita/acquisto. **Conservare lo scontrino fiscale!** La garanzia relativa a qualsiasi prodotto

sarà limitata ai Paesi in cui il prodotto è stato inizialmente commercializzato da Polar Electro Oy/Inc. Per termini della Garanzia Internazionale limitata Polar si trovano sul sito www.polar.com/en/support/warranty.

Polar Electro Oy possiede la certificazione ISO 9001:2008.

 Questo prodotto è conforme alle Direttive 1999/5/CE e 2011/65/UE. La Dichiarazione di conformità relativa è disponibile sul sito www.polar.com/en/regulatory_information.

 **CE 0537** Questo prodotto è conforme alle Direttive 93/42/CEE, 1999/5/CE e 2011/65/UE. La Dichiarazione di conformità relativa è disponibile sul sito www.polar.com/en/regulatory_information.

 Questo prodotto è conforme alle Direttive 2013/56/CE e 2012/19/UE. Smaltimento separato per batteria e componenti elettronici.

 Questo marchio indica che il prodotto è protetto da scosse elettriche.

CLAUSOLA ESONERATIVA DI RESPONSABILITÀ
• I contenuti di questo manuale sono illustrati unicamente a scopo informativo. I prodotti in esso descritti sono soggetti a modifiche, senza alcun preavviso; ciò è dovuto al programma di sviluppo continuo del produttore.
• Polar Electro Inc./Polar Electro Oy non rilascia dichiarazioni né fornisce garanzie in merito a questo manuale e ai prodotti descritti all'interno.
• Polar Electro Inc./Polar Electro Oy non sarà responsabile per i danni, le perdite, i costi o le spese, diretti, indiretti o accessori, causati o accidentalmente, derivanti o riconducibili all'uso di questo manuale o dei prodotti descritti all'interno.

NEDERLANDS

SERVICE
Wij raden je aan om tijdens de garantieperiode van twee jaar de serviceverzuikwaaier, met uitzondering van het vervangen van een batterij, uitsluitend door een erkend Polar Service Center te laten uitvoeren. De Garantie geldt niet voor schade of gevolgschade die veroorzaakt is bij een niet door Polar Electro erkende serviceverlening. Ga naar www.polar.com/support en de lokale websites voor contactinformatie en alle adressen van Polar Service Centers.

VOORZORGSMAATREGELEN
Polar producten (trainingsapparaten, activity trackers en accessoires) zijn bedoeld om het niveau van fysiologische inspanning en herstel aan te geven tijdens en na de training. Trainingsapparaten en activity trackers van Polar meten de hartslag en/of geven je activiteit aan. Polar trainingsapparaten met geïntegreerde GPS tonen de snelheid, afstand en locatie. Met een compatibele Polar accessoire tonen de Polar trainingsapparaten snelheid en afstand, traptrequentie, locatie en geleverd vermogen. Zie www.polar.com/en/products/accessories voor een volledige lijst van compatibele accessoires. Polar trainingsapparaten met een barometrische druksensor meten de hoogte en andere variabelen. De sensoren zijn niet geschikt of bedoeld voor andere doeleinden. Het Polar trainingsapparaat dient niet te worden gebruikt voor het uitvoeren van omgevingsmetingen waarvoor professionele of industriële precisie vereist is.

Risico's tijdens trainen beperken: Trainen kan risico's met zich meebrengen. Voordat je begint aan een vast trainingsprogramma raden wij je aan om eerst de volgende vragen te beantwoorden. Als je één van de volgende 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 bloedzuiger voor je bloeddruk of je hart?
- Heb je wel eens last van ademhalingsproblemen?
- Voortje je symptomen van een ziekte?
- Ben je hersteltende van een zware ziekte of medische ingreep?
- Gebruik je een pacemaker of andere geïmplanteerde elektronische apparatuur?
- Rook je?
- Ben je in verwachting?

Polar Electro Oy on ena empresa certificada ISO 9001:2008.

Este produto está conforme às Directivas 1999/5/EC e 2011/65/EU. A respectiva Declaração de Conformidade está disponível em www.polar.com/en/regulatory_information.

Este produto está conforme às Directivas 2013/56/EC e 2012/19/EU. Eliminação selectiva da pilha e componentes electrónicos.

Este símbolo indica que o produto está protegido contra choques eléctricos.

TERMO DE RESPONSABILIDADE

O conteúdo deste manual destina-se apenas para fins informativos. Devido ao programa de desenvolvimento permanente do fabricante, os produtos aqui descritos estão sujeitos a alterações sem aviso prévio.

A Polar Electro Inc./Polar Electro Oy não faz quaisquer representações nem fornece garantias em relação a este manual, ou em relação aos produtos aqui descritos. A Polar Electro Inc./Polar Electro Oy não se responsabiliza por quaisquer danos, perdas, custos ou despesas, directas, indirectas, accidentais, consequentes ou especiais, decorrentes de, ou referentes ao uso deste material ou dos produtos aqui descritos.

Polar Electro Oy é uma empresa certificada ISO 9001:2008.

Este produto está conforme às Directivas 1999/5/EC e 2011/65/EU. A respectiva Declaração de Conformidade está disponível em www.polar.com/en/regulatory_information.

Este produto está conforme às Directivas 2013/56/EC, 1999/5/EC e 2011/65/EU. A respectiva Declaração de Conformidade está disponível em www.polar.com/en/regulatory_information.

Este produto está conforme às Directivas 2013/56/EC e 2012/19/EU. Eliminação selectiva da pilha e componentes electrónicos.

Este símbolo indica que o produto está protegido contra choques eléctricos.

TERMO DE RESPONSABILIDADE

O conteúdo deste manual destina-se apenas para fins informativos. Devido ao programa de desenvolvimento permanente do fabricante, os produtos aqui descritos estão sujeitos a alterações sem aviso prévio.

A Polar Electro Inc./Polar Electro Oy não faz quaisquer representações nem fornece garantias em relação a este manual, ou em relação aos produtos aqui descritos. A Polar Electro Inc./Polar Electro Oy não se responsabiliza por quaisquer danos, perdas, custos ou despesas, directas, indirectas, accidentais, consequentes ou especiais, decorrentes de, ou referentes ao uso deste material ou dos produtos aqui descritos.

DANSK

SERVICE

I løbet af den toårige garantiperiode anbefaler vi, at du kun får foretaget service, bortset fra udskiftning af batterier, hos et autoriseret Polar-servicecenter. Garantien dækker ikke skade eller defekt følgende skade, der er forårsaget af service, som ikke er autoriseret af Polar Electro. Klik ind på www.polar.fi/support og landspecifikke websteder for at få kontaktfinformation og adresser på alle Polar-servicecentre.

FORHOLDSREGLER

Polar-produkter (træningsenheder, aktivitetsmålere og tilbehør) er udviklet til at angive niveauer af fysiologisk belastning og restitution under og efter træningspass. Trænings- og aktivitetsmålere fra Polar måler puls og/eller viser din aktivitet. Polar-træningsenheder med integreret GPS viser hastighed, distance og position. Med kompatibelt Polar-tilbehør kan træningsenhederne fra Polar vise hastighed, distance, kadence, position og effekt-output. Se www.polar.com/en/products/accessories for en komplet liste over kompatibelt tilbehør. Polar-træningsenhederne med barometertrykfølger måler højde og andre variable. Ingen anden brug er tilsligt eller antydnet. Polar træningsenhederen bør ikke bruges til at opnå miljømæssige målinger, der kræver faglig eller industriel nøjagtighed.

Begrænsning af regel under træning: Træning kan indebære visse risici. For påbegyndere et regelmæssigt træningsprogram, anbefales det, at du besvarer følgende spørgsmål om din helbredstilstand. Hvis du svarer ja til et eller flere af disse spørgsmål, bør du kontakte en læge, før du påbegynder et træningsprogram.

Har du været fysisk inaktiv i de sidste 5 år?

Har du forhejlet blodtryk eller forhejlet kolesteroln?l?

Tager du nogen form for blodtryk- eller hjertemedicin?

Har du tidligere haft åndedrætsproblemer?

Har du symptomer på nogen form for sygdom?

Har du netop overstået en alvorlig sygdom eller medicinsk behandling?

Bruger du en pacemaker eller andre indopererede elektroniske apparater?

Ryger du?

Er du gravid?

Ud over træningsintensiteten kan hjertemedicin, blodtryk, mentaltilstand, astma, åndedræt, osv. samt visse energidrikke, stoffer, alkohol og nikotin også påvirke pulsen. Det er vigtigt, at du er opmærksom på din kropps reaktioner under træningen. Hvis du oplever uventet smerte eller bliver meget træt under træningen, bør du stoppe eller fortsætte med en lavere intensitet.

Bemærk! Hvis du bruger en pacemaker, kan du godt bruge Polar træningscomputer. I teorien bør der ikke kunne opstå interferens hos en pacemaker forårsaget af Polar-produkter. I praksis findes der ingen rapporter, der antyder, at nogen nogensinde har oplevet interferens. Vi kan dog ikke udstede en officiel garanti for, at vores produkter er velegnede med alle pacemakere eller andre indopererede anordninger, på grund af den tilgængelige mangfoldighed af anordninger. Hvis du bliver i tvivl eller oplever en eller flere af de nævnte mærkelige følelse, mens du bruger Polar-produkter, skal du henvende dig til din læge eller kontakte fabrikanten af den indopererede anordning for at fastslå, om det er sikkert for dig.

Hvis du er allergisk over for materiale, der kommer i kontakt med huden, eller hvis du har mistanke om, at du vil få en allergisk reaktion ved at benytte produktet, kan du tage et klist på listen med tekniske specifikationer. Hvis du skulle få hudreaktioner, skal du standse brugen af produktet og kontakte din læge.

Den kombinerede påvirkning af fugt og intens slid kan resultere i, at pulsmålerens overflade afgiver en sort farve, som kan forårsage pletter på tøj lyse farver. Det kan også resultere i, at tøjets afgiver mørk farve, som kan forårsage pletter på træningsenheder i lyse farver. Hvis du vil have en træningsenhed i en lys farve til at bevare sit flotte udseende i mange år, skal du sørge for, at dit træningstøj ikke afgiver farve. Hvis du bruger pufferne som et midlertidigt på din hud, skal du sørge for, at det ikke kommer i kontakt med træningsenheden eller pulsmåleren.

Hvis du træner i kolde miljøer (-20 °C til -10 °C / -4 °F til 14 °F), anbefaler vi, at du bærer træningsenheden under dit jakkeærme, direkte på huden.

Der kan muligvis opstå forstyrrelser i nærheden af elektriske apparater og WLAN-basestationer. Beveg dig væk fra mulige forstyrrende kilder for at undgå fejlføljesninger eller forkerte funktionsmålinger. Få yderligere oplysninger under www.polar.com/support.

BEGRENSET INTERNATIONAL POLAR-GARANTI

Polar Electro Oy udsteder en begrænset international garanti for Polar-produkter. I forbindelse med produkter, der er blevet solgt i USA eller Canada, udstedes garantien af Polar Electro, Inc. Polar Electro Oy/Polar Electro Inc. giver den oprindelige forbruger/køber af Polar-produkter garanti for, at produktet vil være fri for fejl i materialet og fremstilling i to (2) år fra købsdatoen. Garantien dækker ikke normalt slid af batterier, eller andre former for normalt slid, skader forårsaget af forkekt brud, misbrug, ulykker eller manglende overensstemmelse med forholdsreglerne; forkert vedligeholdelse, kommerciel brug, revnede, eddelagte eller ridsede æsker/ displays, armbånd, elastisk bælte og Polar-beklædning. Garantien dækker heller ikke eventuelle skade(r), tab, omkostninger eller udgifter, direkte, indirekte eller tilfældige, dækket følgende eller specielle, der er opstået fra eller er relateret til produktet. Garantien dækker ikke produkter, der er købt brugt. Under garantiperioden vil produktet enten blive repareret eller udskiftet på hvilket som helst af de autoriserede Polar-serviceværksteder, uanset hvilket land det er købt i. Garantien, der udstedes af Polar Electro Oy/Inc., påvirker hverken forbrugernes juridiske rettigheder under den gældende nationale eller regionale lovgivning eller forbrugernes rettigheder over for forhandleren, der er opstået fra deres sæls-/købskontrakt. **Du bør beholde kvitteringen som købsbevis!** Garantien på ethvert produkt vil være begrænset til lande, hvor produktet oprindeligt blev markedsført af Polar Electro Oy/Inc. **Betingselsene for Polar Electro's begrænsede internationale garanti findes på adressen www.polar.com/en/support/warranty.**

Polar Electro Oy er ISO 9001:2008-certificeret virksomhed.

Dette produkt er i overensstemmelse med direktiv 1999/5/EF og 2011/65/EU. Den relevante Erklæring om overensstemmelse findes på adressen www.polar.com/en/regulatory_information.

Dette produkt er i overensstemmelse med direktiv 93/42/EOff, 1999/5/EF og 2011/65/EU. Den relevante Erklæring om overensstemmelse findes på adressen www.polar.com/en/regulatory_information.

Dette produkt er i overensstemmelse med direktiv 2013/56/EF og 2012/19/EU. Separat bortsæffelse for batteri og elektroniske dele.

Dette mærke angiver, at produktet er beskyttet mod elektrisk stød.

ANSVARSFRAKRIVELSE

Materialet i denne vejledning er kun til informationsbrug. De beskrevne produkter kan ændres uden varsel, i overensstemmelse med producentens fortsatte udviklingsprogram.

Polar Electro Inc./Polar Electro Oy giver ingen garanti med hensyn til denne vejledning eller med hensyn til produktene beskrevet heri.

Polar Electro Inc./Polar Electro Inc. kan ikke stilles til ansvar for eventuelle skader, tab, omkostninger eller udgifter, direkte, indirekte eller ved uheld som følge af eller specielt opstået af eller som kan relateres til brug af dette materiale eller produkter beskrevet heri.

SUOMI

HUOLTO

Suosittelemme, että tuotetta huolletaan sen kahden vuoden takuuaikana ainoastaan valtuutetuissa Polar-huoltopisteissä. Tämä ei koske paristonvaihtoa. Takuu ei kata Polar Electron valtuuttamattomasta huollosta johtuvia suoria tai välillisiä vahinkoja. Yhteistyedstä ja kaikkien Polar-huoltopisteiden osoitteet löydät osoitteesta www.polar.com/fi/tuki ja maakohtaisilta sivuistoilta.

HUOMIOITAAVA

Polar-tuotteet (harjoitustietokoneet, aktivituussivmittarit ja lisävarusteet) on suunniteltu näyttämään fysiologisen rasituksen ja palautumisen asteen harjoituksen aikana ja sen jälkeen. Polar-harjoitustietokone ja -aktivituussivmittarit mittaavat sykkeen ja/tai näyttävät aktivituussuustason. Integroiduilla GPS:llä varustetut Polar-harjoitustietokoneet näyttävät nopeuden, kuljetun matkan ja sijainnin. Yhteensopiviset Polar-lisävarusteiden kanssa Polar-harjoitustietokoneet näyttävät nopeuden ja kuljetun matkan, poljinnopeuden, sijainnin ja tehonoton. Katso yhteensopivien lisävarusteiden täydellinen luettelo osoitteesta www.polar.com/

fi/tuotteet/lisävarusteet: ianpainainesensorilla varustetut Polar-harjoitustietokoneet mittaavat keuhkojen ja muuta keuhkotilaa. Laitetta ei ole tarkoitettu mihinkään muuhun käyttöön. Polar-harjoitustietokoneita ei saa käyttää sellaiseen mittamiseen, jossa edellytetään ammattimaita tai teollista tarkkuutta.

Riskien minimointi harjoittelun aikana: Harjoittelunsaattaa sisältäy joitakin riskejä. Ennen kuin aloitat säännöllisen harjoitusohjelman, on suositeltavaa, että vastaat seuraaviin tereydentalaisa koskeviin kysymyksiin. Jos vastaat myöntävästi yhteenkin seuraavista kysymyksistä, konsultitkaa kädä lääkärintarkastuksessa ennen harjoittelun aloittamista.

- Oletko ollut harastamatta liikuntataa viimeiset viisi vuotta?
- Onko sinulla korkea verenpaine tai korkea veren kolesteroliitoisuus?
- Käytätkö verenpaine- tai sydäntaluttäläkkeitä?
- Onko sinulla ollut hengitysvaikeuksia?
- Onko sinulla jonkin sairauden oireita?
- Oletko toipumassa vakavasta sairaudesta tai leikkauksesta?
- Käytätkö sydämentahdistinta tai muuta vastaavaa ihonalaisita laitteita?
- Tupakkoitko?
- Oletko raskana?

Sykekeskteen vaikuttavat harjoitustuehdon lisäksi muun muassa sydän-, verenpaine-, psyyke-, astma- ja hengitystieläkkeet sekä jotkin energijaumat, huumeeet, alkoholi ja nikotiini. On tärkeää tarkkailla harjoituksen reaktioita harjoituksen aikana. **Su tunnet odotamattomita kipua tai väsymystä harjoituksen aikana, on suositeltavaa joko keskeyttää harjoitus tai jatkaa sitä kevyemmällä teholla.**

Huomaa! Jos käytät sydämentahdistinta, voit käyttää Polar-tuotteita. Teoriassa Polar-tuotteiden ei pitäisi aiheuttaa häiriöitä sydämentahdistimeen. Käytännönsäkään kenenkään ei ole koskaan raportoitu kokeneen tällaisia häiriöitä. Emme kuitenkaan voi myöntää virallista takuuta tuotteidemme yhteensopivuudesta kaikkien sydämentahdistimien tai muiden ihonalaisien laitteiden kanssa, sillä markkinoilla on lukuisia erilaisia laitteita. Jos sinulla on minkäänlaista epäilyksiä tai epätavallisia tunteita käytettäessä Polar-tuotteita, ota yhteyts lääkärisi tai ihonalaisien laitteiden valmistajaan ja varmista, että Polar-tuotteen käyttö on turvallista sinun tapauksessasi.

Jos olet allerginen jollekin ihooskusteeseen tulevalle aineelle tai epäilet allergista reaktiota tuotteen käytöstä johtuen, tarkista tuotteesta käytetyt materiaalit kohdasta Tekniset tiedot. Jos saat tuotteen johon ihoreaktion, lopeta sen käyttö ja ota yhteyts lääkäriisi.

Kosteuden ja kovien kaikkien vaikutuksesta sykekeskseen massa värii saatava väjättyä vaaleita vaatteita. Vioissa vaatteista voi ilota tummempaa väriä, joka voi väjätä vaalempia harjoitustietokoneita. Pidda vaaleampi harjoitustietokoneen loistoosana tulevienkin vuosien ajan valmistamalla, ettei harjoituksen aikana käytettämissä Polar-tuotteita, ota yhteyts lääkärisi tai ihonalaisien laitteiden valmistajaan ja varmista, ettei se pääse kosketuksiin harjoitustietokoneen tai sykekeskseen kanssa.

Jos harjoittelat kylmissä olosuhteissa (-20 °C...-10 °C), suosittelemme, että sijoitat harjoitustietokoneen takkoihihnan alle suoraan ihosi vasten.

Häiriöitä voi esiintyä sähkölaitteiden ja WLAN-tukiasiemien läheisyydessä. Virheiltoisen lukeminen ja toimintahäiriöiden välttämiseksi siirry kuummaksi häiriöitä mahdollisesti aiheuttavista tiloista. Lisätietoja on osoitteessa www.polar.com/fi/tuki.

RAJOITETTU KANSAINVALINEN POLAR-TAKUU

Polar Electro Oy myöntää Polar-tuotteille rajoitetun kansainvälisen takuun. Polar Electro, Inc. myöntää takuun tuotteille, jotka on myyty Yhdysvalloissa tai Kanadassa. Polar Electro Oy / Polar Electro Inc. takaa Polar-tuotteiden alkuperäisellä ostajalle, että tuote on materiaalien ja työn laadan osalta virheetön kahden (2) vuoden ajan ostopäivästä. Takuu ei kata pariston normaalia kulumista, muuta normaalia kulumista, väärinkäytöksiä, onnettomuuksista tai varotoimien laiminlyönnistä aiheutuvia vaurioita, väärää huoltoa, kaupallista käyttöä, rikottuneita tai naarmuttuneita tuotteita tai näyttöjä, kiinnitysvyöy ja Polar-vaatteita. Takuu ei kata myöskään takuusta mahdollisesti aiheutuvia tai siihen liittyviä välittömiä, epäsuoria, satunnaisia tai erityisiä vahinkoja, tappioita, kuluja tai kustannuksia. Takuu ei kata käytettyinä ostettuja tuotteita. Takuukaikua tuote korjataan tai vaihdetaan valtuutetussa Polar-huoltopisteessä riippumatta ostoamasta. Polar Electro Oy/Inc:n myöntämä taku ei vaikuta kuluttajan voimassa olevien asianmukaisten kansallisten lakien mukaisiin oikeuksiin eikä osto- tai kauppaosapuolukseen perustuvien kuluttajan oikeuksiin myyjään nähden. Sällyttä tuotit ostoedistituksena. Tuotetuukaa rajoittuun maahan, joissa Polar Electro Oy/Inc. on markkinoitu tuotetta. **Polar Electron myöntämän rajoitetun kansainvälisen takuun ehdot ovat luettavissa osoitteessa <http://www.polar.com/fi/tuki/takuutiedot>.**

Polar Electro Oy on ISO 9001:2008 -sertifioitu yritys.

Dette produkt er i overensstemmelse med direktiven 1999/5/EY ja 2011/65/EU mukainen. Asiaankuuluva Vaatimustenmukaisuusvakuutus on luettavissa osoitteessa www.polar.com/fi/laainsaadannolliset_tiedot.

Tämä tuote on direktiivin 93/42/EEY, 1999/5/EY ja 2011/65/EU mukainen. Asiaankuuluva Vaatimustenmukaisuusvakuutus on luettavissa osoitteessa www.polar.com/fi/laainsaadannolliset_tiedot.

Tämä tuote on direktiivin 2013/56/EY ja 2012/19/EU mukainen. Paristot ja elektronikkia on hävitetävä erikseen.

Tämä kuva tarkoittaa, että tuote on suojattu sähköiskuja vastaan.

VASTUUNRAJOITUS

Tämän käyttöohjeen sisällön tarkoituks on kuluttajan tiedottaminen. Ohjeessa kuvattuina tuotteista saatetaan muuttua ilman ennakkotilaisuuksia, koska valmistaja jatkaa tuotteiden kehittämistä.

Polar Electro Inc. / Polar Electro Oy ei esitä mitään väitteitä tai myönnä valmistajan takuuta tähän käyttöohjeeseen tai tässä ohjeessa kuvattuuihin tuotteisiin liittyen.

Polar Electro Inc. / Polar Electro Oy ei ole velvollinen korvaamaan mitään vahinkoja, tappioita, kuluja tai kustannuksia, mukaan luettuna välittömät, epäsuorat, satunnaisia, välittömiä tai erityiset kulut, jotka aiheutuivat tämän aineiston tai tässä kuvattujen tuotteiden käytöstä tai jotka liittyivät tämän aineiston tai tässä kuvattujen tuotteiden käyttöön.

NORSK

SERVICE

I løpet av garantiperioden på to år anbefaler vi at service på utstyret, bortsett fra utskifting av batteri, kun utføres av et godkjent Polar-servicecenter. Garantien dekker ikke skade eller følgeskade forårsaket av service som ikke er godkjent av Polar Electro. For kontaktfinformasjon og adresser til alle Polar-servicecentre, går du til www.polar.com/support og landspecifikke nettstedet.

FORHOLDSREGLER

Polar-produktene (treningsscomputer, aktivitetsmålere og tilbehør) er designet for å indikere nivået på fysiologiske anstrengelse og restitusjon under og etter en treningsøkt. Polar treningsscomputer og aktivitetsmålere måler pulsfrekvens og/eller registrerer aktiviteten din. Polar treningsscomputerne med integrert GPS måler hastighet, distanse og plassering. Med kompatibelt Polar tilbehør kan Polar treningsscomputeren vise hastighet og distanse, tråkkfrekvens, plassering og kraften du har brukt. Se www.polar.com/en/products/accessories for en komplett liste over kompatibelt tilbehør. Polar treningsscomputer med barometrisk trykksensor måler høyde og andre variable. Den ikke er beregnet til annen bruk. Polar-treningsscomputeren bør ikke brukes til innetting av miljødata som krever profesjonell eller industriell nøyaktighet.

Slik reduserer du risiko under trening: Trening kan medføre en viss risiko. Før du starter et regelmessig treningsprogram, anbefaler vi at du svarer på følgende spørsmål om din helsetilstand. Hvis du svarer ja på noen av disse spørsmålene, bør du kontakte lege før du begynner på et treningsprogram.

Har du vært fysisk inaktiv de siste 5 årene?

Har du høyt blodtrykk eller høyt kolesterolinnhold i blodet?

Tar du blodtrykks- eller hjertemedisin?

Har du tidligere hatt pusteproblemer?

Har du symptomer på noen sykdom?

Er du i en rekvalensperiode etter alvorlig sykdom eller medisinsk behandling?

Braker du pacemaker eller annen implantert elektronisk enhet?

Røyker du?

Er du gravid?

I tillegg til treningsintensitet må du være klar over at medisiner for hjerte, blodtrykk, psykiske lidelser, astma, pustebesvær med mer, samt noen energidrikker, alkohol og nikotin, også kan påvirke pulsen. Det er viktig å lytte til kroppens signaler, mens du trener. Hvis du føler uventet smerte, eller du føler deg svært sliten under trening, anbefales det at du avslutter treningen eller fortsetter med lettere intensitet.

Obst Hvis du bruker pacemaker, kan du godt bruke Polar treningscomputer. I teorien skal ikke Polar-produkter kunne forårsake forstyrrelser på pacemakere. I praksis finnes det ingen dokumentasjon som kan tyde på at noen noen sinne har opplevd forstyrrelser. På grunn av det store mangfoldet av utstyr som er tilgjengelig, kan vi imidlertid ikke usteede en offisiell garanti om at våre produkter er egnet til bruk med alle pacemakere eller annen implantert utstyr. Hvis du er i tvil, eller du opplever uvanlige symptomer mens du bruker Polar-produktene, råder vi deg til å konsultere lege eller kontakte produsenten av det implanterte utstyret for å verifisere sikkerheten i ditt tilfelle.

Hvis du er allergisk mot noen av stoffene som kommer i kontakt med huden din, eller du har mistanke om en allergisk reaksjon på grunn av produktet, bør du sjekke de oppførte materialene i kapitlett Tekniske spesifikasjoner. I tilfelle huden din reagerer, må du slutte å bruke produktet og konsultere lege.

Den kombinerte virkningen av fukt og intens slitasjaktontakt kan forårsake at noe av den svarte fargen smitter av overflaten på pulssensoren og setter flekker på lyse klær. Den kan også føre til at mørke klær farger av og kan lage flekker på treningsutrustning med lys farge. For å holde en lys treningscomputer pen i årene som kommer må du sikre at klærne du bruker ikke farger av. Hvis du bruker pufferne eller insektsmidlet på huden, må du sørge for at det ikke kommer i kontakt med treningscomputeren eller pulssensoren.

Hvis du trener i kaldt vær (-20 °C til -10 °C), anbefaler vi at du har på deg treningscomputeren under jakkeærmet, direkte på huden.

Forstyrrelser kan forekomme i nærheten av elektrisk utstyr og WLAN-basestasjon. Beveg deg bort fra mulige støykilder for å unngå ustadige målinger eller feil. For mer informasjon kan du gå til www.polar.com/support.

BEGRENSET INTERNASJONAL POLAR-GARANTI

Polar Electro Oy udsteder en begrenset international garanti for Polar-produkter. For produkter solgt i USA eller Canada udstedes garantien av Polar Electro, Inc. Polar Electro Inc./Polar Electro Inc. gir den oprinnelige forbruker/kjøper av Polar Electros utrustning to (2) års garanti fra kjøpsdatoen. Garantien dækker materielle og produktionsfeil på produktet. Garantien dækker ikke vanlig brug af batterier, eller annen vanlig slitage, skader forårsaget af feil bruk av produktet, ulykker, mislighold i henhold til produsentens anvisninger, mangelfuldt vedligehold, kommerciel bruk, ødelagt emballasje og heller ikke den elastiske stroppen eller sportstøv fra Polar. Garantien dækker heller ingen feil, tap, kostnader eller udgifter, det være seg direkte, indirekte eller tilfældige, avledede eller spesielle, som har sitt utspring i produktet eller som kan knyttes til det. Varer som er kjøpt brukt, dækkes ikke av garantien. I løpet av garantiperioden reparerer et defekt produkt eller produktet byttes ut mot et nytt hos et godkjent Polar-servicecenter, uansett hvilket land det ble kjøpt

I Garanti utstedt av Polar Electro Oy/Inc. påvirker ikke forbrukernes lovbestemte rettigheter i henhold til gjeldende nasjonale eller statlige bestemmelser og heller ikke forbrukernes rettigheter i forhold til forhandleren basert på salgs-/kjøpskontrakt. **Du må oppbevare kvitteringen som et kjøpsbevis!** Garantien med tanke på alle produkter vil være bregrenset til land der produktet i utgangspunktet blir markedsført av Polar Electro Oy/Inc. **Du finner vilkårene for Polar Electro begrensede internationale garanti på www.polar.com/en/support/warranty.**

Polar Electro Oy er ISO 9001:2008-sertifisert selskap.

Dette produktet er i samsvar med EU-direktivene 1999/5/EEC og 2011/65/EC. Den relevante samsvarserklæringen finner du på www.polar.com/en/regulatory_information.

Dette produktet er i samsvar med EU-direktivene 93/42/EEC, 1999/5/EC og 2011/65/EC. Den relevante samsvarserklæringen finner du på www.polar.com/en/regulatory_information.

Dette produktet er i samsvar med EU-direktivene 2013/56/EC og 2012/19/EU. Batterier og elektronikk sorteres som spesialavfall.

Denne merkingen viser at produktet er beskyttet mot elektrisk støt.

ANSVARSFRAKRIVELSE

Innholdet i denne brukerhåndboken er kun til informasjon. Produktene som beskrives i boken er tilgjengelige nasjonale eller statlige bestemmelser og heller ikke forbrukernes rettigheter i forhold til forhandleren basert på salgs-/kjøpskontrakt. **Du må oppbevare kvitteringen som et kjøpsbevis!** Garantien med tanke på alle produkter vil være bregrenset til land der produktet i utgangspunktet blir markedsført av Polar Electro Oy/Inc. **Du finner vilkårene for Polar Electro begrensede internationale garanti på www.polar.com/en/support/warranty.**

SVENSKA

SERVICE

Under den två år långa garantitiden rekommenderar vi att endast ett auktoriserat Polar Service Center utför reparationer och annan service än batteribatteri. Garantin täcker inte skador eller feljkskador som härrör från service som inte auktoriserats av Polar Electro. Besök www.polar.com/support och landspecifika webbplatser för kontaktfinformation och adress till Polar Service Center.

SÄKERHETSFORESKRIFTER

Produkter från Polar (träningsenheter, aktivitetsmätare och tillbehör) har utformats för att ange den fysiologiska ansträngningen och återhämtningen under och efter ett träningspass. Polars träningsenheter och aktivitetsmätare mäter puls och/eller informerar om dina aktiviteter. Polars träningsenheter med integrerad GPS visar hastighet, sträcka och plats. Med ett kompatibelt Polarillbehör visar Polars träningsenheter hastighet och sträcka, kadens, plats och kraftutveckling. Se www.polar.com/en/products/accessories för en fullständig lista över kompatibla tillbehör. Polars träningsenheter med barometrisk trykksensor mäter altitud och andra variabler. Ingen annan användning avses. Polars träningsenhet ska inte användas för att erhålla miljömätningar som kräver professionell eller industriell precision.

Minimera riskerna under träningen: Fysisk aktivitet och träning kan medföra vissa risker. Innan du börjar träna regelbundet rekommenderar vi att du besvarar följande frågor angående ditt hälsotillstånd. Om svaret är ja på någon av följande frågor rekommenderar vi att du konsulterar en läkare innan du sätter igång med något träningsprogram.

Har du varit fysiskt inaktiv de senaste fem åren?

Har du högt blodtryck eller högt kolesterolvärde?

Tar du något läkemedel mot högt blodtryck eller hjärtsjukdom?

Har du tidigare haft problem med andningen?

Har du några symptom på sjukdom?

Återhämtar du dig efter en allvarlig sjukdom eller medicinsk behandling?

Använder du en pacemaker eller någon annan implanterad elektronisk apparat?

Röker du?

Är du gravid?

Förutom träningsintensitet kan även mediciner för hjärtsjukdomar, blodtryck, psykologiska tillstånd, astma, andningsproblem osv. samt visse energidrikar, läkemedel, alkohol och nikotin påverka pulsen. Det är viktigt att du lyssnar på kroppens signaler när du tränar. Om du upplever plötslig smärta eller känner dig extremt trött när du tränar, rekommenderar vi att du avbryter träningen eller övargår till en lägre intensitet.

Obst Bär du pacemakern kan du använda Polars produkter. Teoretiskt ska interferens mellan Polarprodukter och pacemakern inte vara möjlig. Inga rapporter föreligger heller som visar att någon någonsin upplevt en sådan interferens. Vi kan emellertid inte garantera att våra produkter passar till alla pacemakers eller andra implantat på grund av det stora antalet implantat på marknaden. Om du känner dig tveksam eller upplever oväntade förmömler när du använder produkter från Polar ska du kontakta din läkare eller tillverkaren av ditt elektroniska implantat för råd och anvisningar.

Om du är allergisk mot något ämne som kommer i kontakt med din hud, eller om du misstänker en allergisk reaktion på grund av användning av produktet, kontrollera de material som anges i Tekniska specifikationer. I händelse av en allergisk reaktion ska du sluta använda produktten och kontakta din läkare.

Den kombinerade effekten av fukt och intensiv skavning kan leda till att en svart färg avges från sådarens yta, vilket eventuellt kan orsaka klåra på ljusa kläder. Det kan också leda till att en mörkare färg avges från kläder, vilket eventuellt kan orsaka fläckar på träningsenheten i ljusa färger. Se till att kläderna du har på dig når du tränar inte avger färger, så kommer din ljusa färgade träningsenhet att fortsätta glansa i åtskilliga år. Om du använder puffer eller insektsmidlet på huden måste du se till att det inte kommer i kontakt med träningsenheten eller pulssensorn.

Om du tränar i kallt klimat (-10 °C till -20 °C) rekommenderar vi att du bär träningsenheten under armen, direkt mot huden.

Störningar kan inträffa nära elektriska apparater och WLAN-baserade stationer. Undvik felaktiga registreringar eller avläsningar genom att hålla dig på avstånd från möjliga störningskällor. Mer information finns på www.polar.com/support.

BEGRÄNSAD INTERNATIONELL POLAR-GARANTI

Polar Electro Oy utfärdar en begränsad internationell garanti för Polarprodukter. För produkter som har sållts i USA eller Kanada utfärdas garantin av Polar Electro, Inc. Polar Electro Oy/Polar Electro Inc. garanterar den ursprungliga innehavaren/köparen av denna Polarprodukt att produktten är fri från defekter när det gäller material eller utförande i två (2) år från inköpsdatumet. Garantien täcker inte normalt slitage på batterier, eller annat slitage, skador på f.ka. felaktig användning, missbruk, olyckor eller icke efterlevnad av försiktighetsåtgärder, felaktigt underhåll, kommersiell användning, spruckna, brutna eller repade fodral/display, armband, det elastiska bältet och Polar-kläder. Garantien täcker inte heller några skador, förluster, kostnader eller utgifter, direkta, indirekta eller oförutsedda, efterföljande eller specifika, uppkomna av, eller relaterade till produktten. Garantien täcker inte produkter som har köpts i andra hand. Under garantiperioden repareras eller ersätts produktten på varje auktoriserat Polar Service Center, oavsett i vilket land produktten köptes. Garantin som utfärdats av Polar Electro Oy/Inc. påverkar inte kundens lagstadgade rättigheter under tillämpliga gällande nationella lagar eller delstatslagar, och kundens rättigheter gentemot försäljarsförsäljaren, med avseende på försäljningsavtalet. Du bör behålla ett köpsbevis för att kunna bevisa din rätt till denna garanti. Om du vill ha ytterligare information om att våra produkter ursprungligen marknadsfördes av Polar Electro Oy/Inc. **Du kan finna villkoren för Polar Electros begränsade internationella garanti på www.polar.com/en/support/warranty.**

Polar Electro Oy är ett ISO 9001:2008 certifierat företag.

Detta produkt uppfyller direktiven 1999/5/EG och 2011/65/EU. Tillämplig försäkran om överensstämmelse finns tillgänglig på www.polar.com/en/regulatory_information.

Detta produkt uppfyller direktiven 93/42/EEG, 1999/5/EG och 2011/65/EU. Tillämplig försäkran om överensstämmelse finns tillgänglig på www.polar.com/en/regulatory_information.