

Polar FT7 Podręcznik użytkownika

SPIS TREŚCI

1. ZALETY KOMPUTERA TRENINGOWEGO POLAR FT7	3
2. PIERWSZE KROKI	4
Poznanawanie funkcji komputera treningowego FT7	4
FT7 – przyciski oraz menu	4
Pierwsze kroki – ustawienia podstawowe	5
3. TRENING	6
Zakładanie nadajnika	6
Rozpoczęcie treningu	6
Spalanie tłuszczu lub poprawa kondycji	7
Podczas treningu	8
Wstrzymanie/Zakończenie treningu	8
4. PO TRENINGU	10
Posumowanie treningu	10
Przeglądanie danych z treningu	10
Pliki treningów	10
Podsumowania tygodniowe	11
Dane łączne	12
Przesyłanie danych.....	12
5. USTAWIENIA	14
Ustawienia zegara	14
Ustawienia treningowe	14
Informacje o użytkowniku	14
Ustawienia ogólne	15
6. WAŻNE INFORMACJE	16
Jak dbać o komputer treningowy FT7	16
Uwagi dotyczące prania nadajnika WearLink+	16
Serwis.....	16
Wymiana baterii	16
Środki ostrożności	17
Usuwanie usterek	19
Specyfikacje techniczne	19
Międzynarodowa gwarancja ograniczona firmy Polar	20
Zastrzeżenia prawne	21

1. ZALETY KOMPUTERA TRENINGOWEGO POLAR FT7



ŁATWOŚĆ PROWADZENIA TRENINGU

Dzięki komputerowi treningowemu Polar FT7™ z łatwością przeprowadzisz pierwsze treningi kardio.

MOTYWACJA

Wskaźnik energii motywuje do właściwego wykonywania ćwiczeń kondycyjnych lub wspierających spalanie tłuszczu.

PRZYJEMNOŚĆ

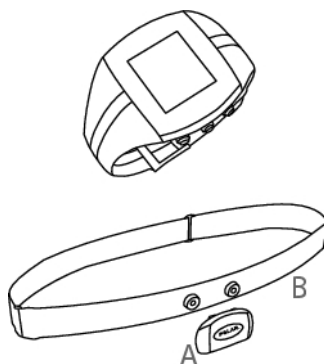
Wykonanie nadajnika WearLink®+ z materiałów tekstylnych wpływa na wysoki komfort treningu.

2. PIERWSZE KROKI

Poznananie funkcji komputera treningowego FT7

Komputer treningowy zapisuje oraz wyświetla informacje o pracy serca i inne dane dostępne podczas treningu.

Sygnaty o pracy serca przesyła do komputera wbudowany nadajnik **WearLink®+**. Nadajnik WearLink składa się z kostki (A) oraz paska (B).



Najnowszą wersję niniejszego podręcznika użytkownika można pobrać z witryny www.polar.fi/support.

Poradniki wideo można obejrzeć na stronie http://www.polar.fi/en/support/video_tutorials.

FT7 – przyciski oraz menu

▲ UP (w górę):

- Wejście do menu
- Ustawianie wartości
- Nawigacja między listami wyboru
- Zmiana wyglądu wyświetlanego zegara poprzez naciśnięcie i przytrzymanie przycisku podczas wyświetlania czasu.

● OK:

- Potwierdzenie wyboru
- Wybór rodzaju bądź ustawień treningu

▼ DOWN (w dół):

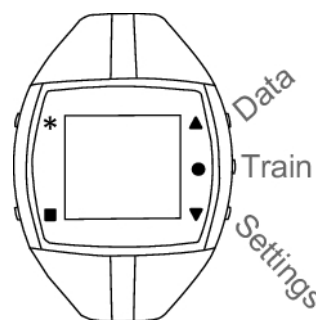
- Wejście do menu
- Nawigacja między listami wyboru
- Ustawianie wartości

■ BACK (wstecz):

- Wyjście z menu
- Powrót do poprzedniego poziomu
- Anulowanie wyboru
- Pozostawienie ustawień bez zmian
- Powrót do widoku czasu po wciśnięciu i przytrzymaniu przycisku

* LIGHT (podświetlenie):

- Podświetlenie tarczy
- Wejście do menu podręcznego w widoku czasu po wciśnięciu i przytrzymaniu przycisku pozwala na blokowanie przycisków, ustawianie alarmu oraz wybór strefy czasowej.
- Wciśnięcie i przytrzymanie przycisku **ON/OFF** (wł./wył.) podczas treningu



włącza lub wyłącza sygnały dźwiękowe komputera lub blokuje funkcje przycisków.

- Tryb nocny podczas treningu: Podczas zapisu wciśnij jeden raz przycisk LIGHT (podświetlenie). W ten sposób użycie dowolnego przycisku włączy podświetlenie tarczy. Tryb nocny zostanie wyłączony, gdy FT7 powróci do trybu wyświetlania czasu.

Pierwsze kroki – ustawienia podstawowe

Aktywacja komputera treningowego Polar FT7 następuje po wciśnięciu oraz przytrzymaniu dowolnego przycisku przez jedną sekundę. FT7 – raz aktywowane – nie może zostać wyłączone.

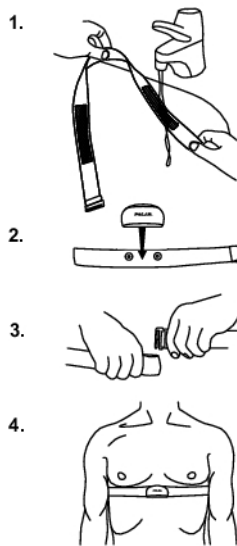
1. **Language:**(język). Za pomocą przycisków UP/DOWN (w górę/w dół) wybierz **Deutsch** (niemiecki), **English** (angielski), **Español** (hiszpański), **Français** (francuski), **Italiano** (włoski), **Português** (portugalski), **Suomi** (fiński) lub **Svenska** (szwedzki). Wciśnij OK.
2. **Please enter basic settings** (Proszę wprowadzić podstawowe ustawienia) jest pierwszym wyświetlanym komunikatem. Wciśnij OK.
3. Wybierz **Time format** (format zegara).
4. Wprowadź **Time** (czas).
5. Wprowadź **Date** (datę).
6. Wprowadź **Units** (jednostki). Wybierz układ metryczny (kg, cm) bądź anglosaski (lbs, ft). Jeśli wybierzesz lbs/ft, wówczas jednostka kalorii wyświetlana jest jako CAL; w przeciwnym wypadku jako KCAL. *Pomiar kalorii wyrażany jest w kilokaloriach.*
7. Wprowadź **Weight** (masę ciała).
8. Wprowadź **Height** (wzrost).
9. Wprowadź **Date of birth** (datę urodzin).
10. Wybierz **Sex** (płeć).
11. **Settings OK?** (ustawienia OK?) jest kolejnym wyświetlanym komunikatem. Wybierz **Yes** (tak), aby potwierdzić i zapisać wprowadzone ustawienia. Wyświetlony zostaje komunikat **Basic settings complete** (ustawienia podstawowe zostały wprowadzone), po czym FT7 przechodzi do wyświetlania czasu. Jeśli chcesz zmienić ustawienia, wybierz **No** (nie). **Please enter basic settings** (Proszę wprowadzić podstawowe ustawienia) zostaje wyświetlone na urządzeniu. Wprowadź ponownie ustawienia podstawowe.

Informacje o użytkowniku można zmieniać w dowolnym czasie. Aby uzyskać więcej informacji na ten temat, zob. Ustawienia (strona 14).

3. TRENING

Zakładanie nadajnika

1. Miejsca na pasku, w których widoczne są elektrody, zwilż obficie pod bieżącą wodą.
2. Na pasku zamocuj kostkę. Dopasuj długość paska w taki sposób, by dobrze przylegał do ciała.
3. Załóż pasek nieznacznie poniżej mięśni klatki piersiowej, zapinając haczyk na drugim końcu paska.
4. Sprawdź, czy nawilżone miejsca z elektrodami przylegają dokładnie do skóry oraz czy logo firmy Polar umieszczone na kostce znajduje się pośrodku i w pionie.



i Aby maksymalnie zwiększyć żywotność baterii nadajnika, po każdym użyciu odpinaj kostkę od paska. Pot i wilgoć mogą sprawiać, że elektrody nadajnika będą stale zwilżone, a nadajnik będzie aktywny. Skróci to żywotność baterii nadajnika.

Aby uzyskać więcej szczegółów na temat utrzymywania sprawności nadajnika, zob. Uwagi dotyczące prania nadajnika WearLink+ (strona 16).

Rozpoczęcie treningu

1. Załóż nadajnik oraz komputer treningowy.
2. Wciśnij OK oraz wybierz **Start**. Zaczekaj, aż wyświetlony zostanie pomiar pracy serca, a następnie wciśnij OK, aby urządzenie rozpoczęło rejestrację.

Aby zmienić ustawienia sygnałów dźwiękowych, widok pracy serca, funkcji HeartTouch lub wartości granicznych dla stref przed rozpoczęciem zapisu sesji treningowej, wybierz **Settings > Training Settings** (ustawienia > ustawienia treningu). Aby uzyskać więcej informacji na ten temat, zob. Ustawienia treningowe (strona 14).

i Plik zawierający dane treningu zostaje zapisany, gdy rejestracja trwa dłużej niż jedną minutę.

Zegar ćwiczeń

Komputer FT7 posiada wbudowany stoper, który pozwala na rejestrację czasu trwania ćwiczeń z pominięciem nadajnika.

1. Aby rozpocząć ćwiczenie, wciśnij dwukrotnie OK, po czym wyświetlony zostaje komunikat **Started** (rozpoczęto).
2. Wciśnij i przytrzymaj DOWN (w dół) do pojawienia się komunikatu **DURATION / TIME OF DAY** (czas treningu / pora dnia).
3. W ten sposób możesz sprawdzić, ile czasu minęło od rozpoczęcia ćwiczenia. Po pojawieniu się komunikatu **Check heart rate transmitter!** (Sprawdź nadajnik!) wciśnij OK, co pozwoli na kontynuację

pomiaru czasu.

4. Aby przerwać odliczanie czasu, wciśnij dwukrotnie przycisk BACK (wstecz).
5. Po tej czynności nastąpi podsumowanie danych i będziesz mógł sprawdzić zarejestrowany czas.

Spalanie tłuszczu lub poprawa kondycji

W czasie treningu Polar FT7 wyświetla wartości dla optymalnej intensywności treningu nastawionego na spalanie tkanki tłuszczowej bądź doskonalenie sprawności fizycznej. Intensywność ta jest zależna od Twojej bieżącej kondycji psychofizycznej. Przed rozpoczęciem rejestracji sesji treningowej FT7 dokonuje analizy Twojej bieżącej kondycji oraz, w razie konieczności, dostosowuje do niej intensywność ćwiczeń.

Ta inteligentna funkcja komputera treningowego jest w stanie codziennie rozpoznawać zróżnicowane stany Twojego organizmu na podstawie tętna oraz jego zmienności. Gdy Twój organizm jest zregenerowany po zakończonych sesjach treningowych, bez oznak zmęczenia lub stresu, wówczas jest przygotowany do bardziej intensywnego wysiłku.

Efekty prowadzonego treningu są wyświetlane w czasie rzeczywistym na pulsometrze. Strefy intensywności spalania tłuszczu oraz fitness są od siebie oddzielone pionową, wykropkowaną linią. FT7 rozpoznaje tę linię automatycznie oraz następuje porównanie z Twoją aktualną kondycją.



EFFECT (efekt) na wyświetlaczu zostanie zastąpiony **FATBURN** (spalanie tłuszczu) lub **FITNESS** zależnie od strefy, na którą przypadają aktualnie wykonywane przez Ciebie ćwiczenia.

1. Twój bieżący praca serca
2. Graniczna wartość pracy serca znajdująca się pomiędzy strefami spalania tłuszczu oraz fitness. Symbol ~ przestaje być wyświetlany z chwilą, gdy FT7 tak dopasuje strefy intensywności ćwiczeń, by – w razie potrzeby – odpowiadały Twojej bieżącej kondycji.



FATBURN (spalanie tłuszczu) symbol serca na lewo od linii
W strefie ćwiczeń spalających tłuszcz intensywność treningu jest niższa, a energia na ćwiczenia pozyskiwana jest głównie z tłuszczu. Tak więc następuje wydajne spalanie tkanki tłuszczowej, a Twój metabolizm – głównie oksydacja tłuszczu – wzrasta.



FITNESS (symbol serca na prawo od linii)
W strefie ćwiczeń fitness intensywność treningu jest wyższa. Poprawiasz wówczas swoją sprawność sercowo-naczyniową, tj. wzmacniasz serce oraz zwiększasz krążenie krwi w mięśniach i płucach. Głównym źródłem energii dla tych ćwiczeń są węglowodany.

Istnieje możliwość ograniczenia ćwiczeń do strefy spalania tłuszczu bądź fitness zależnie od celów wyznaczonych dla poszczególnych sesji treningowych.



Aby włączyć to ograniczenie, wciśnij i przez jedną sekundę przytrzymaj OK, gdy intensywność ćwiczeń będzie znajdowała się w wybranej strefie. Wyświetlony zostanie komunikat o ograniczeniu do strefy spalania tłuszczu bądź fitness. Jeśli wykonywane przez Ciebie ćwiczenia są za mało obciążające, pulsometr ostrzeże Cię o tym sygnałem dźwiękowym. Na przykład przedstawiona ilustracja przedstawia ekran z włączonym ograniczeniem ćwiczeń do strefy spalania tłuszczu. Aby odblokować ograniczenie do jednej strefy, wciśnij OK i przytrzymaj przez jedną sekundę.

Podczas treningu

Gdy urządzenie rejestruje dane treningu, można na nim odczytać poniższe informacje. Wciśnij UP/DOWN (w górę/w dół), aby zmienić wyświetlany widok.



HEART RATE (praca serca)
Twoje tętno w chwili pomiaru




CALORIES (kalorie)
Liczba kalorii spalonych podczas aktualnej sesji treningowej.



DURATION (czas treningu)
Czas trwania sesji treningowej
TIME OF DAY (pora dnia)
Czas.



Fitness (symbol serca na prawo od linii)
Twoje bieżące tętno. Wykonujesz właśnie ćwiczenia ze strefy fitness.

 *FT7 został wyposażony w funkcję pamięci wyświetlacza, która zapamiętuje ostatnio wyświetlane informacje podczas sesji treningowej, np. widok kalorii. Gdy rozpoczniesz kolejną sesję treningową, na wyświetlaczu automatycznie pojawi się widok kalorii.*

Heart Touch™



Gdy podczas treningu komputer zostanie zbliżony do nadajnika, urządzenie wyświetli aktualny czas. Jeśli w czasie treningu użyto przycisku LIGHT (podświetlenie), dodatkowo włączone zostanie podświetlenie. Ustaw funkcję HeartTouch jako **On/Off** (wł./wył.), korzystając z menu **Settings** (ustawienia) > **Training Settings** (ustawienia treningu) > **HeartTouch**.

Wstrzymanie/Zakończenie treningu

1. Aby wstrzymać zapis sesji treningowej, wciśnij **BACK** (wstecz) – wyświetlony zostanie komunikat **Continue/Exit** (kontynuacja / wyjście). Aby wznowić zapis, wciśnij **OK**.
Jeśli nie wznowisz zapisu treningu w ciągu pięciu minut, FT7 przypomni Ci o tym sygnałem dźwiękowym. Dźwięk ten będzie powtarzany co dziesięć minut do czasu wznowienia bądź zatrzymania rejestracji sesji.
Uwaga: W przypadku wyłączenia funkcji dźwiękowych urządzenie pozostaje w stanie wstrzymania do czasu, gdy użytkownik wykona na nim inną operację, umieści FT7 na urządzeniu FlowLink bądź gdy wyczerpie się jego bateria.

2. Aby zatrzymać rejestrowanie, wciśnij ponownie przycisk BACK. Na wyświetlaczu pojawia się komunikat **Stopped** (zatrzymano).

Zob. Podsumowanie treningu (strona 10), aby zobaczyć podsumowanie sesji treningowej.

 *Podsumowanie sesji treningowej wyświetlane jest tylko wówczas, gdy sesja trwa co najmniej dziesięć minut.*

Po każdym użyciu zdejmuj z paska kostkę nadajnika, a pasek płucz pod bieżącą wodą. Pamiętaj także o regularnym praniu paska w pralce w temperaturze 40°C/104°F przynajmniej po każdym pięciu sesjach. Aby uzyskać więcej informacji na temat utrzymania urządzenia, zob. Uwagi dotyczące prania nadajnika WearLink+ (strona 10)

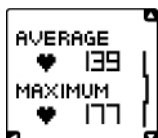
4. PO TRENINGU

Posumowanie treningu

Po zakończeniu każdej sesji treningowej Polar FT7 wyświetla informacje podsumowujące:



DURATION (czas treningu)
Czas trwania sesji treningowej
CALORIES (kalorie)
Liczba kalorii spalonych podczas sesji treningowej.



AVERAGE (średnia)
Średnia wartość tętna zarejestrowana podczas treningu.
MAXIMUM (maksymalna)
Maksymalna wartość tętna osiągnięta podczas sesji treningowej.



FAT BURN (spalanie tłuszczu)
Czas spalania tłuszczu.
FITNESS
Czas trwania ćwiczeń kondycyjnych.

Przeglądanie danych z treningu

Aby przejrzeć dane z treningu, wybierz **MENU** > **Data** (dane). Następnie wybierz **Training files** (pliki treningów), **Week summaries** (podsumowania tygodniowe), **Totals since xx.xx.xx** (dane łączne od xx.xx.xx), **Delete files** (usuń pliki) lub **Reset totals** (resetuj dane łączne).

Pliki treningów

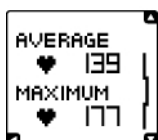
Aby przejrzeć dane z wcześniejszych treningów, wybierz **MENU** > **Data** (dane) > **Training files** (pliki treningów). Następnie wybierz dzień oraz godzinę danych treningu, które chcesz wyświetlić.



Dzień utworzenia pliku: xx.xx.xx
Czas utworzenia pliku: xx:xx
Każdy ze słupków przedstawia jeden plik sesji treningowej. Wybierz sesję treningową, której dane chcesz wyświetlić.



DURATION (czas treningu)
Czas trwania sesji treningowej
CALORIES (kalorie)
Liczba kalorii spalonych podczas sesji treningowej



AVERAGE (średnia)
Średnia wartość pracy serca zarejestrowana podczas treningu.
MAXIMUM (maksymalna)
Maksymalna wartość pracy serca osiągnięta podczas sesji treningowej.



FAT BURN (spalanie tłuszczu)
Czas spalania tłuszczu.
FITNESS
Czas trwania ćwiczeń kondycyjnych.

Usuwanie plików

Maksymalna liczba plików treningowych to 99. Gdy **Training files** (pliki treningów) zapełnią dostępną pamięć, najstarszy plik treningowy zostanie zastąpiony najnowszym. Aby zachować plik treningowy na dłużej, prześlij go na specjalnie przygotowany portal firmy Polar dostępny pod adresem www.polarpersonaltrainer.com.

- Aby usunąć plik treningowy, wybierz **Data** (dane) > **Delete** (usuń) > **Training file** (pliki treningów) > OK.
- Wybierz plik, który chcesz skasować, oraz wciśnij OK.
- Zostanie wyświetlony komunikat **Delete file?** (Usunąć plik?) Wybierz **Yes** (tak).
- Zostanie wyświetlony komunikat **Remove from totals?** (Usunąć z danych łącznych?) Aby usunąć dane pliku z podsumowania, wybierz **Yes** (tak).

Usuwanie wszystkich plików

- Wybierz **Data** (dane) > **Delete** (usuń) > **All files** (wszystkie pliki) > OK.
- Zostanie wyświetlony komunikat **Delete all files?** (Usunąć wszystkie pliki?) Wybierz **Yes**, po chwili wyświetlony zostanie komunikat **All files deleted** (Usunięto wszystkie pliki).

 Aby anulować kasowanie plików, wciskaj przycisk **BACK** (wstecz), aż wyświetlony zostanie widok zegara.

Podsumowania tygodniowe

Aby przejrzeć podsumowania z treningów tygodniowych, wybierz **MENU** > **Data** (dane) > **Week summaries** (podsumowania tygodniowe)



WEEK (tydzień)
Data początkowa i końcowa wybranego tygodnia
Przeglądarka plików



DURATION (czas treningu)
Czas trwania sesji treningowych
SESSIONS (sesje)
Liczba sesji treningowych w wybranym tygodniu.



CALORIES (kalorie)
Liczba kalorii spalonych w czasie zaznaczonego tygodnia.

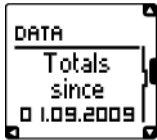
Resetowanie podsumowań tygodniowych

Aby wyzerować tygodniowe dane podsumowujące, wybierz **Data** (dane) > **Reset week summaries** (resetowanie podsumowań tygodniowych) > OK. Zostanie wyświetlony komunikat **Reset weeks?**

(Resetować tygodnie?) Wybierz **Yes** (tak), aby zresetować podsumowania tygodniowe.

Dane łączne

Aby przejrzeć podsumowania wybranych treningów, wybierz **MENU > Data (dane) > Totals since xx.xx.xxxx** (dane łączne od xx.xx.xx)



DATA (dane)
Dane łączne od 01.09.2009



DURATION (czas treningu)
Łączny czas trwania sesji treningowych
SESSIONS (sesje)
Łączna liczba sesji treningowych



CALORIES (kalorie)
Łączna liczba kalorii spalonych podczas sesji treningowych

Resetowanie danych łącznych


Aby wyzerować dane łączne, wybierz **Data (dane) > Reset totals** (resetuj dane łączne) oraz **Yes** (tak).

Przesyłanie danych

Aby umożliwić długoterminowe śledzenie plików treningowych, umieść je na specjalnie przygotowanym portalu polarpersonaltrainer.com. Za jego pośrednictwem możesz przeglądać szczegółowe dane z własnych sesji treningowych, uzyskując w ten sposób lepsze zrozumienie ich charakterystyki. Dzięki funkcji FlowLink* przesłanie plików z urządzenia do sieci jest bardzo proste. Istnieje także możliwość ręcznego przesyłania danych do portalu polarpersonaltrainer.com.

Ustawienia komputera do przesyłania danych

1. Zarejestruj się w portalu polarpersonaltrainer.com
2. Pobierz ze strony polarpersonaltrainer.com oprogramowanie Polar WebSync oraz zainstaluj je na swoim komputerze.
3. Oprogramowanie WebSync aktywuje się automatycznie, jeśli pod koniec procesu instalacji zaznaczone zostanie pole uruchomienia programu – „Launch the Polar WebSync”.
4. Podłącz FlowLink do portu USB komputera. Gdy połączenie między FlowLink a komputerem PC jest aktywne, symbol danych jest wyświetlany w kolorze żółtym. Umieść komputer treningowy na urządzeniu FlowLink, wyświetlaczem skierowanym na dół.
5. Wykonuj polecenia programu WebSync dotyczące przesyłu oraz pobierania danych. Będą one wyświetlane na ekranie komputera. Aby uzyskać więcej instrukcji na temat przesyłania danych, zob. pomoc portalu polarpersonaltrainer.com.

 Przy ponownym przesyłaniu danych, przejdź do kroków 4 i 5 opisanych powyżej.

* Wymagane opcjonalne urządzenie Polar FlowLink.


5. USTAWIENIA

Ustawienia zegara

Wybierz wartość, którą chcesz zmienić, a następnie wciśnij OK. Aby zmienić wartość, użyj przycisków UP/DOWN (w górę/w dół) oraz potwierdź, wciskając OK.

Wybierz **Settings** (ustawienia) > **Watch, time and date** (zegar, czas i data).


- **Alarm:** Ustaw alarm **Off** (wył.) lub **On** (wł.). Po wybraniu **On** (wł.) ustaw wartość godzin oraz minut. Wciśnij **BACK** (wstecz), aby wyłączyć dźwięk alarmu, lub **UP/DOWN/OK** (w górę/w dół/ok), aby uaktywnić dziesięciominutowa drzemkę. Z funkcji alarmu nie można korzystać podczas treningu.
- **Time** (czas): Wybierz **Time 1** (czas 1) oraz ustaw format wyświetlania czasu, bieżącą godzinę i minuty. Wybierz **Time 2** (czas 2), aby wybrać wyświetlanie czasu w innej strefie czasowej, dodając bądź odejmując godziny. W widoku zegara możesz z łatwością przełączać między **Time 1** (czas 1) a **Time 2** (czas 2), wciskając i przytrzymując przycisk **DOWN** (w dół). Po wybraniu **Time 2** (czas 2) w prawym dolnym rogu wyświetlacza pojawia się symbol 2.
- **Time zone** (strefa czasowa): Wybierz strefę czasową 1 lub 2.
- **Date** (data): Ustaw datę.
- **Watch face** (wygląd zegara): Wybierz **Time only** (tylko czas), **Time and logo** (czas i logo) lub **Birthday logo** (logo urodzinowe) Do wyboru tylko w dniu urodzin. Aby szybko zmienić wyświetlaną tarczę zegara, wciśnij i przytrzymaj przycisk **UP** (w górę), po czym zostanie wyświetlony komunikat **Watch face changed** (zmieniono wygląd zegara).

 *Własny projekt logo można utworzyć w programie graficznym oraz wczytać je do komputera treningowego Polar FT7 przy wykorzystaniu programu WebSync. Więcej informacji na ten temat zamieszczono pod adresem polar.fi/support*

Ustawienia treningowe

Wybierz **Settings** > **Training settings** (ustawienia > ustawienia treningu)

- **Training sounds** (sygnały dźwiękowe podczas treningu): Wybierz **Off** (wył.) lub **On** (wł.).
- **Heart rate view** (widok pracy serca): Ustaw wyświetlanie pracy serca na FT7 jako **Beats per minute (BPM)** (uderzenia na minutę) bądź **Percent of maximum (% OF MAX)** (procent maksimum).

 ***BPM:** Pomiar pracy serca wyrażony jako liczba jego uderzeń na minutę.
% **MAX:** Pomiar pracy serca wyrażony jako wartość % maksymalnego tętna.*

- **HeartTouch:** Wybierz **On** (wł.) lub **Off** (wył.). Gdy podczas treningu komputer zostanie zbliżony do nadajnika, urządzenie wyświetli aktualny czas. Jeśli w czasie treningu użyto przycisku **LIGHT** (podświetlenie), zostanie dodatkowo włączone podświetlenie.
- **Heart rate upper limit** (górny limit pracy serca) pozwala na kontrolę treningu w granicach docelowej strefy pracy serca, jaką np. mógł zalecić lekarz. Uaktywnij górną granicę pracy serca, wybierając dla niej opcję **On** (wł.), ustaw precyzyjnie jej wartość za pomocą przycisków **UP/DOWN** (w górę/w dół) oraz wciśnij **OK**.

Informacje o użytkowniku

Wybierz **Settings** > **User Information** (ustawienia > informacje o użytkowniku)

- **Weight** (masa ciała): Wprowadź swoją masę ciała.
- **Height** (wzrost): Wprowadź swój wzrost.
- **Date of birth** (data urodzin): Wprowadź datę urodzenia
- **Sex** (płeć): Wybierz **MALE** (mężczyzna) lub **FEMALE** (kobieta).
- **Maximum heart rate** (maksymalna praca serca) jest najwyższą liczbą uderzeń serca w ciągu minuty

(bpm) osiąganą podczas maksymalnego wysiłku fizycznego. Zmień w urządzeniu wartość domyślną, jeśli dotyczy Ciebie inna wartość uzyskana w drodze pomiarów laboratoryjnych.

Ustawienia ogólne

Wybierz **Settings** > **General settings** (ustawienia > ustawienia ogólne).

- **Button sounds** (dźwięki przycisków): Ustaw funkcję dźwięków przycisków jako **On** (wł.) lub **Off** (wył.).
- **Units** (jednostki): Wybierz **Metric (kg/km)** (metryczne kg/km) lub **Imperial (lb/ft)** (anglosaskie lb/ft). Jeśli wybierzesz lb/ft, wówczas jednostka kalorii wyświetlana jest jako Cal; w przeciwnym wypadku jako kcal. Pomiar kalorii wyrażany jest w kilokaloriach.
- **Week's start day** (pierwszy dzień tygodnia): Wybierz pierwszy dzień tygodnia: **Monday** (poniedziałek), **Saturday** (sobota) lub **Sunday** (niedziela).
- **Language** (język): Wybierz **Deutsch**, **English**, **Español**, **Français**, **Italiano**, **Português**, **Suomi** (niemiecki, angielski, hiszpański, francuski, włoski, portugalski, fiński) lub **Svenska** (szwedzki).

6. WAŻNE INFORMACJE

Zarejestruj zakupiony produkt firmy Polar pod adresem <http://register.polar.fi/>, aby pomóc naszej firmie w dalszym rozwoju produktów i usług oraz coraz lepszym ich dopasowaniu do Twoich potrzeb.

i *Nazwą użytkownika konta Polar jest zawsze adres e-mail. Nazwy użytkownika i hasła do Twojego konta Polar wykorzystywane są przy rejestracji produktu Polar, rejestracji na stronie polarpersonaltrainer.com, forum dyskusyjnym Polar i przy rejestracji w celu otrzymywania newslettera.*

Jak dbać o komputer treningowy FT7

Komputer treningowy: Czyścić przy użyciu słabego roztworu mydła, wytrzeć do sucha ściereczką. Nie wciskać przycisków urządzenia pod wodą. Nie wolno stosować alkoholi ani materiałów o właściwościach ściernych, takich jak druciaki i chemiczne środki czyszczące. Przechowywać w chłodnym i suchym miejscu. Unikać przechowywania w miejscach zawilgoconych, wewnątrz opakowań nieprzepuszczających powietrza (torba plastikowa, sportowa), a także razem z materiałami przewodzącymi prąd (np. z mokrym ręcznikiem). Nie wystawiać na długotrwałe, bezpośrednie działanie promieni słonecznych.

Uwagi dotyczące prania nadajnika WearLink+

Nadajnik WearLink+: Po każdym użyciu zdejmuj z paska konektor nadajnika, a pasek płucz pod bieżącą wodą. Wytrzyj konektor do sucha miękką ściereczką. Nie używaj alkoholi ani materiałów o właściwościach ściernych, takich jak druciaki i chemiczne środki czyszczące.

Pamiętaj o regularnym praniu paska w pralce w temperaturze 40°C/104°F; przynajmniej po każdym pięciu sesjach. Prawidłowe utrzymanie wpływa na uzyskiwanie wiarygodnych wyników pomiarów oraz maksymalnie wydłuża żywotność urządzenia. Stosuj woreczki do prania. Unikaj namaczania, wirowania, prasowania, czyszczenia na sucho lub wybielania paska. Nie stosuj detergentów w połączeniu z wybielaczami lub środkami zmiękczającymi tkaniny. Do utrzymania kostki nadajnika w czystości nie używaj prelek ani suszarek.

Pasek oraz kostkę nadajnika susz i przechowuj oddzielnie. Wydłuży to żywotność baterii. Przed okresem długotrwałego przechowywania oraz każdorazowo po zamoczeniu w chlorowanej wodzie basenowej wypierz pasek w pralce.

Serwis

W czasie obowiązywania dwuletniej gwarancji zalecamy wykonywanie wszelkich czynności serwisowych wyłącznie przez autoryzowane centrum serwisowe firmy Polar. Gwarancja nie obejmuje uszkodzeń ani szkód pośrednich spowodowanych serwisem nieautoryzowanym przez Polar Electro.

Wymiana baterii

Komputer treningowy FT7 i nadajnik WearLink+ wyposażone są baterie, które mogą być wymieniane przez użytkownika. Aby samodzielnie wymienić baterię, należy stosować się do instrukcji podanych poniżej.

Uwaga:

- Wskaźnik zużycia baterii jest wyświetlany, gdy poziom naładowania baterii spadnie do 10 – 15%.
- Częste korzystanie z funkcji podświetlania powoduje szybsze wyczerpywanie się baterii.
- Wskaźnik niskiego poziomu naładowania baterii może być także widoczny, gdy temperatura otoczenia jest niska. W wyższej temperaturze wskaźnik przestanie być wyświetlany.
- Wraz z pojawieniem się na wyświetlaczu wskaźnika zużycia baterii automatycznie wyłączone zostają funkcje dźwiękowe oraz podświetlenie. Alarmy, które zostały ustawione przed pojawieniem się wskaźnika, pozostają aktywne.

Samodzielna wymiana baterii

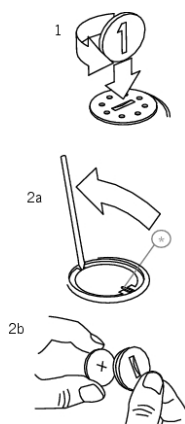
Podczas wymiany baterii upewnij się, że pierścień uszczelniający nie jest uszkodzony – w przeciwnym wypadku wymień pierścienie na nowy. Zarówno pierścienie uszczelniające, jak i zestawy baterii dostępne są w dobrze wyposażonych sklepach oraz punktach serwisowych firmy Polar. Na terenie USA i Kanady zapasowe pierścienie uszczelniające dostępne są w autoryzowanych centrach serwisowych firmy Polar. Na terenie USA i Kanady pierścienie uszczelniające i zestawy baterii dostępne są także na stronie internetowej www.shoppolar.com.

Baterie przechowuj w miejscach niedostępnych dla dzieci. W przypadku połknięcia natychmiast skontaktuj się z lekarzem.

Zużyte baterie należy odpowiednio utylizować, zgodnie z obowiązującym prawem lokalnym.

W przypadku nowej, całkowicie naładowanej baterii unikaj jej chwytania lub ściskania w nieodpowiedni sposób – tj. zwierania obu stron baterii za pomocą narzędzi metalowych bądź przewodzących prąd, takich jak pęseta. Taki kontakt może doprowadzić do zwarcia wewnątrz baterii i gwałtownego jej rozładowania. Zwarcia zazwyczaj nie powodują uszkodzeń baterii, lecz mogą zmniejszyć jej pojemność, a w konsekwencji żywotność.

1. Pokrywę baterii otwieraj za pomocą monety, obracając ją z pozycji zamkniętej w otwartą.
2.
 - Podczas wymiany baterii komputera treningowego (2a) możesz po zdjęciu pokrywy ostrożnie podważyć baterię za pomocą niewielkiego, sztywnego patyczka, np. wykałaczki. Podczas wykonywania tej czynności unikaj stosowania narzędzi metalowych. Uważaj również, aby nie uszkodzić metalowego elementu dźwiękowego (*) bądź rowków. Umieść nową baterię biegunem dodatnim (+) skierowanym w stronę pokrywy.
 - Podczas wymiany baterii nadajnika (2b) umieść baterię wewnątrz pokrywy biegunem dodatnim (+) skierowanym w dół.
3. Wymień pierścień uszczelniający na nowy, wpasowując go ściśle w rowek pokrywy, tak aby zapewnił wodoszczelność urządzenia.
4. Załóż pokrywę baterii oraz obróć ją w prawo w pozycję CLOSE (zamknięta).
5. Po wymianie baterii komputera treningowego wprowadź ponownie ustawienia podstawowe.



W przypadku użycia nieodpowiedniego typu baterii istnieje ryzyko wybuchu.

Środki ostrożności

Komputer treningowy FT7 został tak opracowany, aby pomóc Ci w osiągnięciu celów, które wyznaczasz w kształtowaniu własnej kondycji fizycznej, oraz wskazać poziom i intensywność bodźców fizjologicznych oddziałujących podczas sesji treningowych. Inne zastosowania nie są zamierzone ani domniemane.

Minimalizowanie zagrożeń

Z treningiem mogą wiązać się pewne zagrożenia. Przed rozpoczęciem regularnego programu treningowego zadaj sobie poniższe pytania dotyczące Twojej kondycji zdrowotnej. Jeśli na którekolwiek z nich odpowiesz twierdząco, przed rozpoczęciem programu skonsultuj się z lekarzem.

- Czy w ciągu ostatnich 5 lat nie ćwiczyłeś/aś?

POLSKI

- Czy cierpisz na podwyższone ciśnienie krwi lub masz podwyższony poziom cholesterolu?
- Czy zauważyłeś/aś u siebie objawy jakiejś choroby?
- Czy bierzesz lekarstwa na ciśnienie bądź serce?
- Czy masz lub miałeś/aś problemy z oddychaniem?
- Czy przechodziłeś rekonwalescencję po poważnej chorobie lub leczeniu?
- Czy masz rozrusznik serca lub inny wszczepiony implant?
- Czy palisz papierosy?
- Czy jesteś w ciąży?


Zwróć uwagę, iż poza intensywnością treningu na pracę serca wpływają także środki farmakologiczne nasercowe, na ciśnienie, astmę, oddychanie, stany psychiczne itp., a także napoje energetyzujące, alkohol i nikotyna.

Ważne jest, abyś podczas treningu zwracał szczególną uwagę na reakcje własnego organizmu.

Jeśli poczujesz niespodziewany ból bądź nadmierne zmęczenie, zakończ ćwiczenie bądź kontynuuj z mniejszą intensywnością.

Jeśli posiadasz stymulator bądź defibrylator serca albo też inne wszczepione urządzenie elektroniczne, użytkowanie FT7 odbywa się wyłącznie na Twoją odpowiedzialność. Przed rozpoczęciem korzystania z urządzenia przeprowadź nadzorowane badania lekarskie pod maksymalnym obciążeniem treningowym. Celem takiego badania jest zapewnienie bezpieczeństwa oraz sprawności działania stymulatora serca i komputera treningowego Polar FT7.

Jeśli masz alergię na jakąkolwiek substancję, która objawia się wskutek jej kontaktu ze skórą, bądź też jeśli obawiasz się reakcji alergicznej wskutek korzystania z produktu, sprawdź listę składników zamieszczoną w danych technicznych produktu. Aby uniknąć skórnej reakcji alergicznej na materiał nadajnika, noś go na koszulce. Aby zapewnić prawidłowe działanie nadajnika, zmocz dokładnie koszulkę w miejscach kontaktu z elektrodami.

 *W wyniku działania wilgoci i tarcia może dojść do zderzenia czarnej farby z powierzchni czujnika i zabrudzenia odzieży. Jeśli stosujesz na skórze perfumy lub środek do odstraszania owadów, upewnij się, że nie mają one kontaktu z komputerem treningowym ani nadajnikiem.*

Inny sprzęt treningowy wyposażony w podzespoły elektroniczne może wysyłać sygnały zakłócające.

W takich sytuacjach wypróbuj poniższe rozwiązanie:

1. Zdejmij nadajnik z klatki piersiowej oraz rozpocznij korzystanie ze sprzętu do ćwiczeń.
2. Umieść komputer treningowy w kilku różnych położeniach w stosunku do sprzętu, na którym ćwiczysz, starając się odnaleźć to, w którym odczyt komputera jest niezakłócony lub symbol serca nie pulsuje. Zakłócenia są często najsilniejsze przed panelem wyświetlacza danego sprzętu, podczas gdy na lewo i na prawo od panelu znajdują się strefy wolne od zakłóceń.
3. Załóż ponownie nadajnik na klatkę piersiową, lecz utrzymuj komputer treningowy możliwie najdalej od strefy zakłóceń.

Jeśli komputer FT7 nadal nie działa prawidłowo, prawdopodobnie sygnał elektryczny sprzętu, na którym ćwiczysz, jest zbyt silny, aby umożliwić bezprzewodowy pomiar pracy serca.

Wodoszczelność komputera treningowego Polar FT7

Komputer treningowy Polar FT7 nadaje się do używania podczas pływania. Aby zachować jego wodoszczelność, **nie używaj przycisków pod wodą.** Więcej informacji na ten temat znajdziesz na stronie <http://www.polar.fi/support>. Wodoszczelność produktów firmy Polar testuje się zgodnie z normą międzynarodową ISO 2281. Produkty te występują w trzech klasach wodoszczelności. Sprawdź dolną część posiadanego produktu, aby odczytać tę klasę, i porównaj ją z danymi zawartymi w poniższej tabeli. Zwróć uwagę, że poniższe definicje mogą nie obejmować produktów innych producentów.

Oznaczenie na spodniej tarczy	Charakterystyka wodoszczelności
Water resistant (Wodoszczelny)	Zapewniona ochrona przed zachlapaniem, potem, kroplami deszczu. Nie zadaje się do pływania.
Water resistant 30 m/50 m (Wodoszczelny do 30 m/50 m)	Nadaje się do noszenia podczas kąpieli i pływania
WR 30M/WR 50M	
Water resistant 100 m (Wodoszczelny do 100 m)	Nadaje się do noszenia podczas pływania i nurkowania z fajką.
WR 100M	

Usuwanie usterek

Jeśli stracisz orientację w menu urządzenia, wciśnij i przytrzymaj przycisk WSTECZ, aż do wyświetlenia zegara.

Jeśli komputer treningowy FT7 nie reaguje na wciśnięcie żadnego przycisku lub na wyświetlaczu pojawiają się odbiegające od normy odczyty, zresetuj go, wciskając jednocześnie cztery przyciski (W GÓRĘ, W DÓŁ, WSTECZ i PODŚWIETLENIE) na cztery sekundy. Przez chwilę wyświetlacz nie będzie wskazywał żadnych danych. Wciśnij OK, po czym wyświetlony zostanie komunikat **Please enter basic settings** (Proszę wprowadzić podstawowe ustawienia). Wprowadź godzinę i datę. Po wciśnięciu BACK(wstecz) zostanie wyświetlony zegar. Zapisane zostaną wszystkie dane z wyjątkiem godziny i daty.

Jeśli pomiar pracy serca jest błędny, nadmiernie wysoki bądź wskazuje zero (00), upewnij się, że w zasięgu 1 m (3 stopy) nie znajdują się inne nadajniki pracy serca oraz że pasek nadajnika/elektrody materiałowe przylegają ściśle, są nawilżone, czyste i nieuszkodzone.

Jeśli pomiar pracy serca nie działa podczas ćwiczeń w kostiumie treningowym, załóż pasek bezpośrednio na ciało. Jeśli takie działanie rozwiąże usterkę, przyczyna problemu najprawdopodobniej leży po stronie kostiumu. Upewnij się, że miejsca styku elektrod z kostiumem są czyste. Przed praniem kostiumu sprawdź uwagi dotyczące prania. Jeśli jednak w dalszym ciągu pomiar tętna nie działa, skontaktuj się ze sprzedawcą lub producentem kostiumu.

Niektóre sygnały elektromagnetyczne mogą wywołać błędne odczyty urządzenia. Zakłócenia pola elektromagnetycznego mogą pojawić się w pobliżu linii wysokiego napięcia, ulicznej sygnalizacji świetlnej, estakad kolejowych, tramwajowych, trolejbusowych, odbiorników telewizyjnych, silników samochodowych, niektórych urządzeń treningowych napędzanych silnikiem lub też w pobliżu bram elektrycznych. Aby uniknąć błędnych odczytów, utrzymuj dystans od możliwych źródeł zakłóceń.

Jeśli jednak nieprawidłowe odczyty powtarzają się pomimo oddalenia się od źródła zakłóceń, zwolnij i sprawdź puls ręką. Jeśli uważasz, że zmierzony puls odpowiada wysokiej wartości odczytu, być może masz objawy arytmii serca. Chociaż większość przypadków arytmii nie jest groźna, należy skonsultować się z lekarzem.

Jeśli pomiar pracy serca nie działa pomimo podjęcia ww. czynności, prawdopodobnie wyczerpana jest bateria nadajnika.

Dodatkowo mógł zaistnieć incydent kardiologiczny zakłócający Twoją krzywą ECG, wskutek czego nadajnik nie jest w stanie jej rozpoznać. W takim przypadku również zgłoś się do lekarza.

Specyfikacje techniczne

Komputer treningowy FT7

Typ baterii
Żywotność baterii

CR1632
Średnio 11 miesięcy (trening 1 godz. dziennie przez 7 dni w tygodniu)

POLSKI

Temperatura użytkowania	-10°C do +50°C/14°F do 122°F
Spód koperty	Poliamid
Materiał paska nadgarstkowego	Poliuretan
Klamra paska nadgarstkowego	Stal nierdzewna zgodna z dyrektywą UE 94/27/EU z późniejszą poprawką 1999/C 205/05 o dopuszczalnej zawartości niklu w produktach mających bezpośredni kontakt ze skórą.
Dokładność zegara	Lepsza niż $\pm 0,5$ s/dobę w temp. 25#/77°F.
Dokładność pomiaru pracy serca	$\pm 1\%$ lub ± 1 bpm, zastosowanie ma wartość wyższa, w warunkach statycznych.
Wodoszczelność	30 m (nadaje się do noszenia podczas kąpieli i pływania)

Nadajnik WearLink+

Typ baterii	CR 2025
Żywotność baterii	Średnio 700 roboczogodzin
Pierścień uszczelniający pokrywę baterii	O-ring 20,0 x 1,0 Materiał – FPM
Temperatura użytkowania	-10°C do +50°C/14°F do 122°F
Materiał kostki	Poliamid
Materiał paska	35% poliester, 35% poliamid, 30% poliuretan
Wodoszczelność	30 m (nadaje się do noszenia podczas kąpieli i pływania)

Wartości graniczne

Chronometr	23 godz. 59 min 59 s
Praca serca	15 – 240 bpm
Łączny czas	0 – 9999 godz. 59 min 59 s
Łączna liczba kalorii	0 – 999999 kcal/Cal
Łączny licznik ćwiczeń	65 535
Rok urodzenia	1921 - 2020

Polar FlowLink oraz Polar WebSync 2.1 (lub nowsze)

Wymagania systemowe:	PC MS Windows (7/XP/Vista), 32 bit, Microsoft .NET Framework Version 2.0
	Intel Mac OS X 10.5 lub nowszy

W komputerze treningowym Polar FT7 zastosowano następujące opatentowane technologie:

- OwnZone® określającą limity Twojego tętna w danym dniu
- OwnCode® – transmisja kodowana
- OwnCal® – osobisty kalkulator kalorii
- WearLink® – technologia pomiaru tętna
- FlowLink® – przesyłanie danych

Międzynarodowa gwarancja ograniczona firmy Polar

- Niniejsza gwarancja nie ogranicza ustawowych praw konsumenta wynikających z obowiązującego prawa krajowego bądź stanowego ani praw konsumenta w stosunku do sprzedawcy wynikających z umowy kupna-sprzedaży.
- Niniejsza międzynarodowa gwarancja ograniczona jest udzielana przez firmę Polar Electro Inc. konsumentom, którzy nabyli niniejszy produkt na terenie USA lub Kanady. Niniejsza międzynarodowa gwarancja ograniczona jest udzielana przez firmę Polar Electro Oy konsumentom, którzy nabyli niniejszy produkt na terenie innych krajów.
- Polar Electro Oy/Polar Electro Inc. gwarantuje pierwszemu konsumentowi/nabywcy niniejszego urządzenia, iż produkt będzie wolny od wad materiałowych i wykonania przez okres dwóch (2) lat od daty zakupu.
- **Dowodem zakupu jest paragon!**
- Gwarancja nie obejmuje baterii, normalnego zużycia materiałów, uszkodzeń powstałych w wyniku nieprawidłowego użycia, nadużycia, wypadku bądź niezachowania środków ostrożności, niewłaściwego utrzymania sprawności, pękniętych bądź zdrapanych obudów/wyświetlaczy, paska elastycznego.

- Niniejsza gwarancja nie obejmuje szkód, strat, kosztów i wydatków bezpośrednich, pośrednich, ubocznych lub specjalnych wynikających z bądź odnoszących się do produktu.
- Niniejsza dwuletnia (2) gwarancja nie obejmuje zakupionych przedmiotów używanych, chyba że prawo miejscowe stanowi inaczej.
- W okresie obowiązywania gwarancji produkt zostanie naprawiony bądź wymieniony na nowy w dowolnym centrum serwisowym firmy Polar, bez względu na kraj, w którym dokonano zakupu.

Gwarancja odnośnie do dowolnego produktu będzie ograniczona do państw, na terenie których początkowo prowadzono jego marketing.

© 2010 Polar Electro Oy, FIN-90440 KEMPELE, Finlandia.

Polar Electro Oy posiada certyfikat jakości ISO 9001:2008. Wszelkie prawa zastrzeżone. Zabrania się wykorzystywania lub reprodukcji dowolnej części niniejszego podręcznika, bez względu na formę i zamierzone środki, bez uprzedniej zgody wydanej na piśmie przez firmę Polar Electro Oy. Nazwy i symbole oznaczone w niniejszym podręczniku lub pakiecie produktowym symbolem TM stanowią znaki towarowe Polar Electro Oy. Nazwy i symbole oznaczone w niniejszym podręczniku lub pakiecie produktowym symbolem ® stanowią znaki towarowe Polar Electro Oy, za wyjątkiem Windows, który jest znakiem towarowym Microsoft Corporation.

Zastrzeżenia prawne

- Materiał zawarty w niniejszym podręczniku został sporządzony jedynie w celach informacyjnych. Opisywane w nim produkty mogą ulec zmianom bez uprzedniego powiadomienia. Zmiany te mogą wynikać z prowadzonego przez producenta programu rozwoju produktów.
- Polar Electro Inc./Polar Electro Oy nie udziela żadnego rodzaju rękojmi czy poręczeń w odniesieniu do niniejszego podręcznika lub opisanych w nich produktów.
- Polar Electro Inc./Polar Electro Oy nie odpowiada za szkody, straty, koszty i wydatki bezpośrednie, pośrednie, uboczne lub specjalne wynikające z bądź odnoszące się do niniejszego materiału lub produktów w nim opisanych.

Niniejszy produkt jest chroniony jako własność niematerialna należąca do Polar Electro Oy, zgodnie z brzmieniem wymienionych niżej dokumentów: FI115084, US7418237, EP1543769, FI110915, US7324841, EP1361819, FI23471, EU00046107-0001, USD492783S, USD492784S, USD492999S, FI96380, JP3568954, US5611346, EP665947, DE69414362, FI6815, EP1245184, US7076291, HK1048426, FI 114202, US 6537227, EP1147790, HK1040065, DE60128746.0, FI 115289, EP 1127544, US 6540686, HK 1041188, FI 88972, DE4223657.6 A, FI 9219139.8, FR 92.09150, GB 2258587, HK 306/1996, SG 9592117-7, US 5486818, FI111215, EP0747003, US5690119. Kolejne zgłoszenia patentowe oczekują na rejestrację.

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

CE 0537

Niniejszy produkt jest zgodny z postanowieniami dyrektywy 93/42/EEC. Właściwa deklaracja zgodności dostępną jest pod adresem www.support.polar.fi.



Ikona przedstawiająca przekreślony kubek na odpady oznacza, iż produkty firmy Polar są urządzeniami elektronicznymi podlegającymi dyrektywie 2002/96/EC Parlamentu Europejskiego i Rady w sprawie odpadów elektrycznych i elektronicznych (WEEE), a baterie i akumulatory zastosowane w produktach podlegają dyrektywie 2006/66/EC Parlamentu Europejskiego i Rady z 6 września 2006 w sprawie baterii i akumulatorów oraz zużytych baterii i akumulatorów. W ich rozumieniu niniejsze produkty firmy Polar oraz umieszczone w nich baterie/akumulatory należy usuwać oddzielnie na terenie krajów UE. Firma Polar zachęca do ograniczania szkodliwego oddziaływania odpadów na środowisko i zdrowie człowieka również poza granicami Unii Europejskiej poprzez postępowanie zgodne z lokalnymi przepisami dotyczącymi usuwania odpadów oraz, tam gdzie to możliwe, przeprowadzania oddzielnej zbiórki

POLSKI

podzespołów produktów elektronicznych, a także zbiórek baterii i akumulatorów.



To oznaczenie mówi, iż produkt jest bezpiecznym pod względem porażenia prądem elektrycznym.