

POLAR loop



Gebruiksaanwijzing

INHOUDSOPGAVE

1. INLEIDING	3
Overzicht	3
Dit is je Polar Loop.....	3
Inhoud van de verpakking.....	4
2. AAN DE SLAG	5
Je Polar Loop aansluiten	5
Polar FlowSync downloaden en installeren	5
Polar Flow gebruiken	5
De omvang van de armband aanpassen.....	6
3. DISPLAY	9
Je dagelijkse activiteit volgen.....	9
Andere displayweergaven.....	11
Displayinstellingen	12
4. WEBSERVICE POLAR FLOW	13
Je gegevens synchroniseren.....	13
Je prestaties volgen	13
5. MOBIELE APP POLAR FLOW	15
De app downloaden en je Polar Loop koppelen	15
Je gegevens synchroniseren.....	15
Meer weten over je activiteit.....	15
Je hartslagtraining analyseren.....	16
6. HARTSLAGSENSOR	17
Hartslagsensor koppelen.....	17
Training starten	17
Hartslagbegeleiding.....	17
Training stoppen.....	18
7. BELANGRIJKE INFORMATIE	19
Polar Loop opladen.....	19
Onderhoud van de Polar Loop	19
Waterbestendigheid.....	19
Polar Loop bijwerken	19
Polar Loop resetten	19
Systeemvereisten voor je computer en mobiele apparaat	19
Technische specificaties.....	19

1. INLEIDING

Bedankt voor het aanschaffen van de nieuwe en fascinerende Polar Loop!

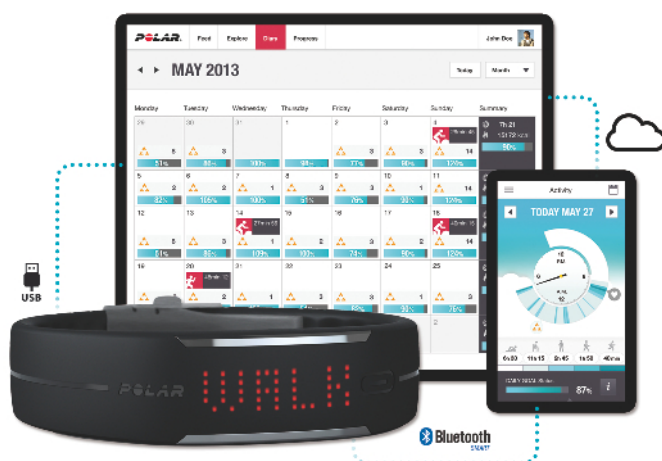
Deze gebruiksaanwijzing helpt je op gang met je nieuwe vriend. Ga naar <http://www.polar.com/en/support/loop> om de video-instructies en de laatste versie van deze handleiding te bekijken.

Overzicht

Polar Loop volgt al je activiteiten – elke stap en sprong tijdens de hele dag – en laat zien hoe goed dat voor je is.

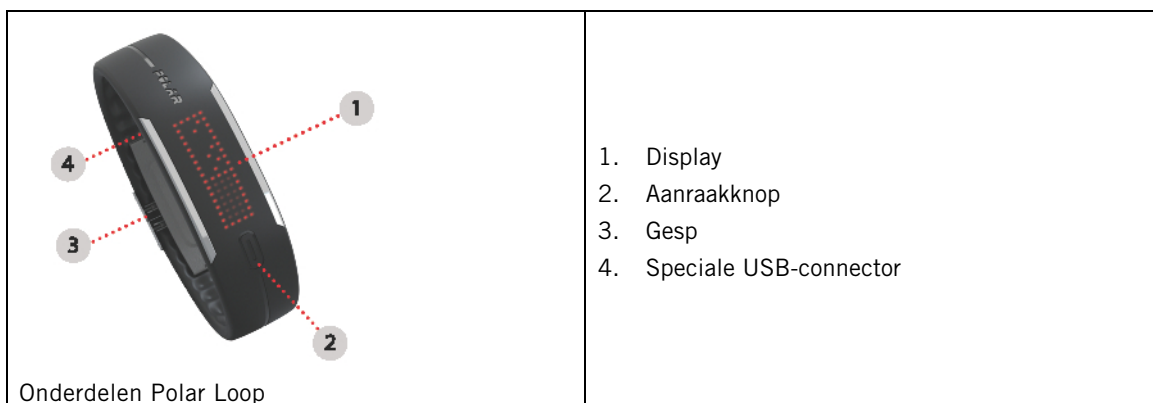
Hij belooft je wanneer je genoeg gedaan hebt en zet je in beweging als je je dagelijkse activiteitsdoel nog niet bereikt hebt.

Samen met de webservice Polar Flow en de mobiele app is het de perfecte methode om actief te worden.



Het totale beeld: Activiteitsvolger Polar Loop, webservice Polar Flow en mobiele app Polar Flow

Dit is je Polar Loop



Inhoud van de verpakking



Inhoud verpakking

1. Polar Loop
2. Gesp met pinnetjes (bevestigd aan Polar Loop)
3. Gespgereedschap
4. Extra pinnetje
5. Speciale USB-kabel
6. Beknopte gebruiksaanwijzing met meetgereedschap

2. AAN DE SLAG

Om je Polar Loop in gebruik te kunnen nemen heb je een computer met internetverbinding nodig voor toegang tot de webservice Polar Flow. Hier start je met de ingebruikneming.

Je Polar Loop aansluiten

Sluit je Polar Loop met de speciale USB-kabel aan op de USB-poort van je computer om ermee te beginnen. Het magnetische kabeleinde met het Polar-merk klikt op zijn plaats als het correct op je armband is aangesloten. Laat je computer eventuele USB-stuurprogramma's installeren als die worden aangeboden.



Polar FlowSync downloaden en installeren

Om je Polar Loop in te stellen en je activiteitsgegevens gesynchroniseerd te houden moet je de Polar FlowSync-software downloaden en installeren.

1. Ga naar www.flow.polar.com/loop en download Polar FlowSync.
2. Open het installatiepakket en volg de instructies op het scherm.

 *Als er een venster verschijnt dat adviseert je computer opnieuw te starten, kun je dit annuleren en doorgaan.*

Polar Flow gebruiken

1. Als FlowSync geïnstalleerd is, opent de webservice Polar Flow automatisch in je internetbrowser. Het display van Polar Loop start en toont het synchronisatiesymbool.



 *Koppel je Polar Loop los en sluit hem weer aan als Polar FlowSync hem niet herkent.*

 *Gebruik liever geen USB-hubs. Soms leveren die onvoldoende voeding om de activiteitenvolger op te laden.*

2. **Maak een Polar-account** of meld je aan als je dat al hebt.
Het Polar-account is je entree voor alle mogelijke Polar-services waarvoor je je moet aanmelden: de webservice Polar Flow, polarpersonaltrainer.com en het discussieforum.
3. **Selecteer de instellingen** voor je Polar Loop.
Vul je fysieke gegevens in. Deze maken het mogelijk om persoonlijke begeleiding te krijgen en een nauwkeurige interpretatie van je dagelijkse activiteit en trainingssessies.
Kies de tijdnootatie die je op de display van de Polar Loop wenst. Je kunt ook de weergaverichting bepalen

door te kiezen om welke pols je de armband gaat dragen.

 *Wij adviseren de armband om de minst gebruikte arm te doen voor de nauwkeurigste resultaten.*

Je kunt je instellingen te allen tijde bewerken met de webservice Polar Flow en de mobiele app.

4. **Start de synchronisatie** door op **Klaar** te klikken en de instellingen worden gesynchroniseerd tussen de armband en de service.

Daarna verschijnt een vinkje op de display van de Polar Loop en dit verandert in een oplaadsymbool bij het laden.



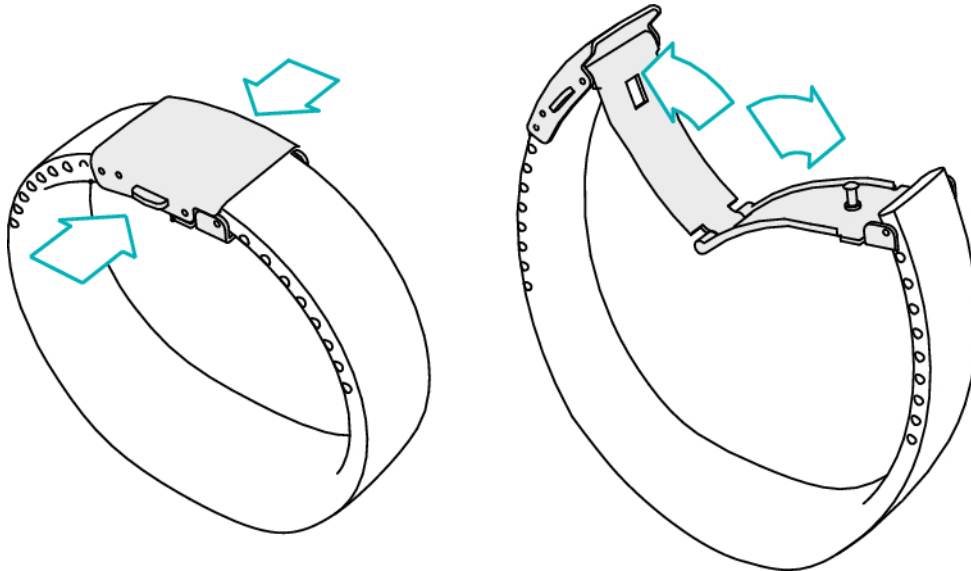
5. Je kunt nu de Polar Loop opladen tot hij vol is of hem loskoppelen om de omvang van de armband aan te passen. Je kunt de Polar Loop ook meteen gaan gebruiken, mits je niet vergeet hem later volledig op te laden.

De omvang van de armband aanpassen

Bekijk deze video om te zien hoe je de armband kunt inkorten: <http://youtu.be/6w5dyJpB9gY>

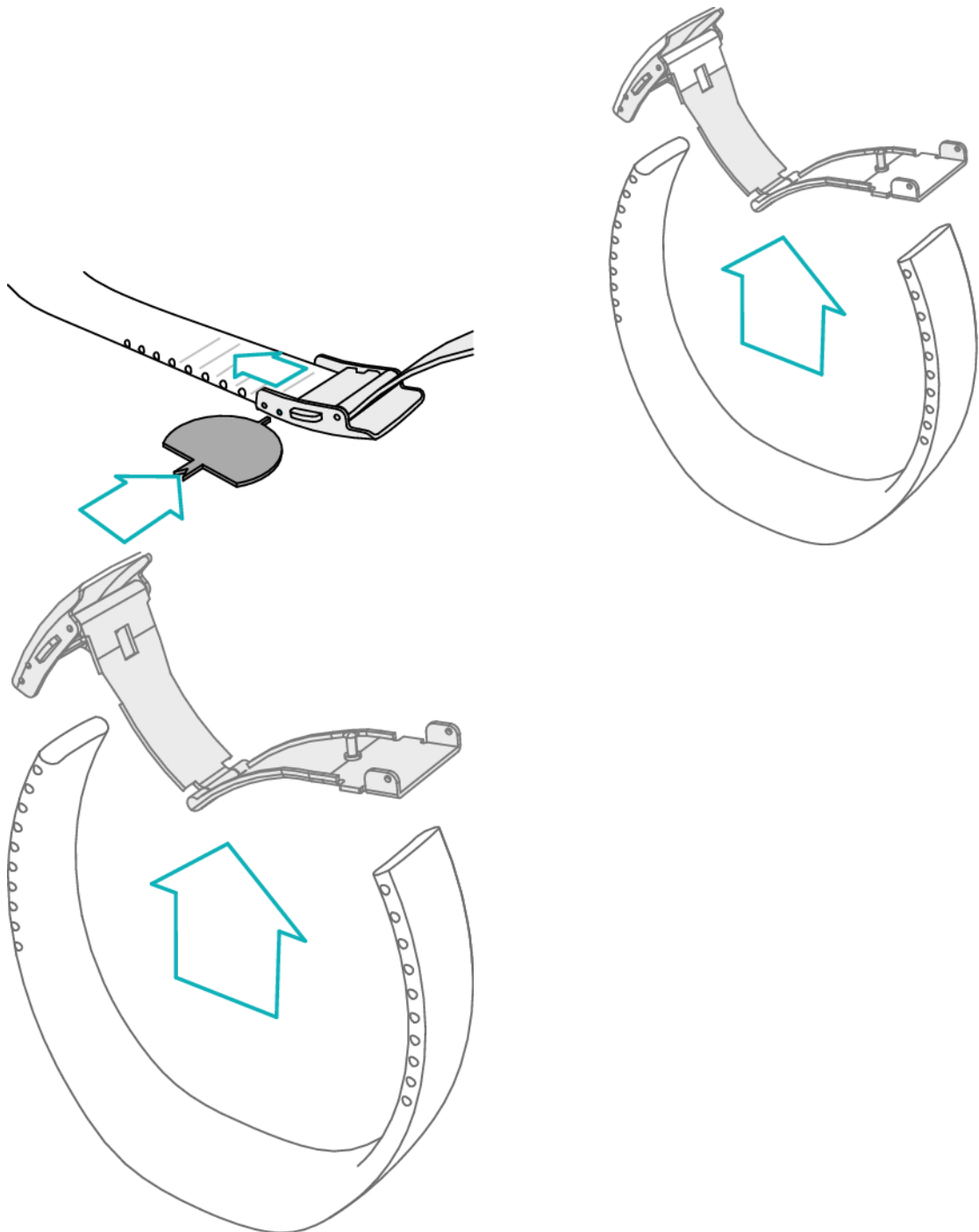
Volg deze stappen om de Polar Loop aan je pols aan te passen.

1. **Open de gesp door op de zijknoppen van de gesp te drukken.**



2. **Maak de gesp aan beide zijden los.**

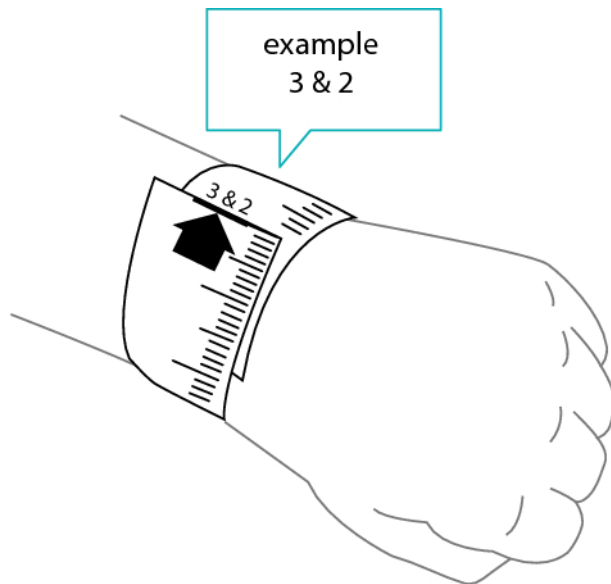
Pak het gesp gereedschap dat in de verpakking zit en laat de verende pinnetjes daarmee los komen. Maak de gesp daarna los van de armband.



3. **Meet de omtrek van je pols.**

Trek het meetgereedschap langs de perforatie los van de beknopte gebruiksaanwijzing.

Draai het passend om je pols en noteer de verkregen getallen. Voor beide uiteinden is er een getal. Elk getal stelt het aantal blokken voor tussen de groeven aan de binnenzijde van je armband die je moet verwijderen.

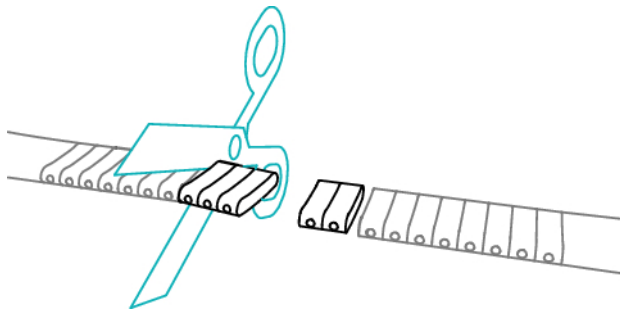


4. **Kort de band aan beide zijden zorgvuldig in.**

Om te zorgen dat de display in het midden zit is het belangrijk dat je de band vanaf beide zijden inkort. Tel het aantal blokken van de ene kant dat het gemeten getal aangeeft. Volg de rechte lijn in de groef en tussen de gaten voor het pinnetje en knip de band daarna zorgvuldig af.

 *Let op dat je niet in de gaten voor het pinnetje knipt.*

Herhaal dit voor de andere zijde van de armband.

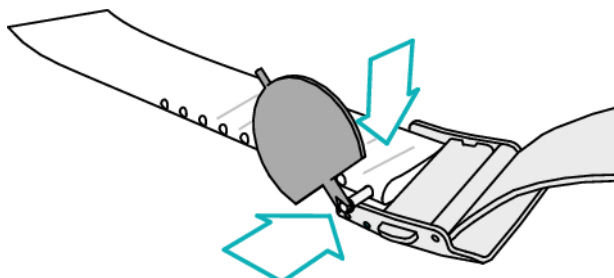


5. **Breng de gesp weer aan.**

Neem één pinnetje en plaats het in het eerste gat aan het eind van de armband en plaats een eind van het pinnetje in het gat van het pinnetje van de gesp.

Gebruik het gereedschap om het andere eind van het pinnetje in het andere gat van het pinnetje in de gesp te geleiden.

Doe hetzelfde aan het andere eind van de armband.



6. **Doe de band om en kijk of hij past.**

Je kunt de lengte desgewenst aanpassen door een van de pinnetjes van de gesp naar het buitenste gat van het pinnetje te verplaatsen totdat de band perfect past. Indien nodig kun je de band nogmaals met telkens één blok inkorten.

3. DISPLAY

Je Polar Loop heeft een LED-display dat je met een knop kunt inschakelen.

Blader door de displayweergaven door herhaaldelijk op de aanraakknoppen ACTV (Activiteit), CALS (Calorieën), STEP (Stappen) en TIME (Tijd) te tikken.

Er verschijnen meer bijzonderheden over elke kopregel. Als je twee seconden wacht, gaat het scherm vanzelf bladeren.

 *Draag de Polar Loop om je pols om de aanraakknop correct te laten werken. Als je door de displayweergaven wilt bladeren zonder de armband te dragen, raak je de speciale USB-connector aan de binnenzijde aan terwijl je op de aanraakknop tikt.*

Je dagelijkse activiteit volgen

 ▼  Activiteitsbalk – raakt vol terwijl je beweegt ▼	ACTV geeft de dagelijkse activiteit aan. Het dagelijkse activiteitsdoel wordt uitgedrukt in een activiteitsbalk. De activiteitsbalk raakt vol wanneer je je dagelijks doel bereikt. Je kunt je doelstelling sneller bereiken met meer intense activiteiten of door in een wat trager tempo gedurende de hele dag actief te blijven.
 To go – wat je nog moet doen om je doel te bereiken ▼	TO GO geeft aan via welke opties je je dagelijks activiteitsdoel kunt bereiken. Het laat zien hoe lang je nog actief moet zijn als je activiteiten van lage, normale of hoge intensiteit kiest. Je hebt één doel, maar kunt dat op verschillende manieren bereiken. Het dagelijks activiteitsdoel kan op lage, normale en hoge intensiteit worden bereikt. In de armband van Polar Loop betekent 'UP' een lage intensiteit, 'WALK' betekent lage intensiteit en 'JOG' betekent hoge intensiteit. Op de Polar Flow webservice vind je meer voorbeelden voor lage, normale en hoge intensiteit en kun je jouw manier kiezen om je doel te bereiken.
 ▼  ▼ OF	JOG (Joggen) houdt activiteiten van hoge intensiteit in, zoals joggen, groepsoefeningen, touwtje springen, basketbal, voetbal, tennis, handbal of squash. Polar Loop geeft de tijd aan die resteert om je doel te bereiken, als je activiteiten van hoge intensiteit doet.

 ▼  ▼ OF	WALK (Wandelen) betekent activiteiten van normale intensiteit, zoals wandelen, gras maaien, circuittraining, bowlen, skateboarden, stijldansen, schoonzwemmen of tafeltennis. Polar Loop geeft de tijd aan die resteert om je doel te bereiken, als je activiteiten van normale intensiteit doet.
 ▼ 	UP (Staand) doelt op activiteiten die u staande uitvoert, zoals schoonmaken, afwassen, tuinieren, gitaar spelen, bakken, biljarten, rustig wandelen, darten en tai chi. Polar Loop geeft de tijd aan die resteert om je doel te bereiken, als je activiteiten van lage intensiteit doet.
 ▼ 	CALS (Calorieën) geeft de verbruikte calorieën, uitgedrukt in kilocalorieën. De calorieënmeting omvat je basisstofwisseling en de overdag tijdens activiteiten verbruikte calorieën. Als je een hartslagsensor draagt tijdens je trainingssessies, worden bovendien de op de hartslag gebaseerde calorieën meegerekend bij de dagelijkse calorieën. De calorieën van de basisstofwisseling worden ook berekend als je de activiteitenvolger niet draagt.
 ▼ 	STEP (Stappen) geeft de stappen aan die je gezet hebt. De hoeveelheid en het type bewegingen worden geregistreerd en overgedragen naar een schatting van de stappen. De basisaanbeveling is om 10.000 stappen of meer per dag ten doel te stellen.

	TIME (Tijd) geeft de tijd aan. De huidige tijd en zijn notatie worden overgenomen van de systeemklok van je computer wanneer je synchroniseert met de webservice Polar Flow. Om de tijd op je activiteitenvolger te wijzigen moet je eerst de tijd op je computer wijzigen en daarna je Polar Loop synchroniseren.
---	---

Andere displayweergaven

	De tekst IT'S TIME TO MOVE (TIJD VOOR WAT BEWEGING) wordt weergegeven op het display als je een uur niet actief bent geweest. In het dagboek van de webservice Polar Flow en de mobiele app kun je ook zien wanneer deze inactiviteitswaarschuwing werd gegeven.
	De tekst BATT. LOW (Batterij bijna leeg) verschijnt wanneer het laadniveau van de batterij laag wordt. Je moet hem binnen 24 uur opnieuw opladen.
	De tekst CHARGE verschijnt wanneer de batterij vrijwel leeg is. Je kunt een hartslagsensor of de mobiele app Polar Flow pas weer gebruiken met de Polar Loop als je de batterij opnieuw oplaadt.
	MEM. FULL (Geheugen vol) verschijnt wanneer de geheugencapaciteit van de Polar Loop voor 80% vol is. Draag je activiteitsgegevens over naar de webservice Polar Flow met een USB-kabel of de mobiele app Polar Flow. Polar Loop kan activiteitsgegevens voor 12 dagen opslaan. Als het geheugen vol raakt, worden de oudste gegevens overschreven door de meest recente.
	FLIGHT MODE De vliegmodus breekt alle draadloze communicatie vanaf het apparaat af. Je kunt het blijven gebruiken voor het verzamelen van de activiteiten, maar je kunt het niet meer gebruiken bij trainingssessies met een hartslagsensor en je kunt je gegevens niet meer synchroniseren met de mobiele app Polar Flow. Je schakelt de vliegmodus in door de knop aan te raken en vast te houden terwijl TIME (Tijd) gedurende 8 seconden op het display wordt weergegeven. Je ziet een LED-animatie die aangeeft dat inschakelen van de vliegmodus gaande is. Laat de knop los wanneer je het vliegtuigpictogram ziet. Schakel de vliegtuigmodus uit door de knop in een willekeurige displaymodus 2 tot 3 seconden aan te raken en vast te houden totdat je het vliegtuigpictogram ziet en OFF (Uit) verschijnt.

Displayinstellingen

Je kunt kiezen in welke hand je je activiteitenvolger wilt houden met de webservice Polar Flow en de mobiele app Polar Flow. De instelling wijzigt de richting van de Polar Loop-display dienovereenkomstig.



Wij adviseren de armband om de minst gebruikte arm te doen voor de nauwkeurigste resultaten.

Je kunt je instellingen te allen tijde bewerken met de webservice Polar Flow en de mobiele app.

Displayinstelling op je computer wijzigen

1. Sluit je Polar Loop aan op de USB-poort van je computer, ga naar polar.com/flow [<http://www.polar.com/flow>] en meld je aan.
2. Ga naar **Settings** (Instellingen) en **Products** (Producten).
3. Kies je Polar Loop, **Settings** (Instellingen) en wijzig de links- of rechtshandigheid.
De richting van de display van je Polar Loop verandert bij de volgende synchronisatie.

Displayinstelling op de mobiele app wijzigen

1. Ga naar **Settings**.
2. Selecteer de gewenste pols onder je Polar Loop.

4. WEBSERVICE POLAR FLOW

Een actief leven leiden was nog nooit zo leuk en gemakkelijk. Bezoek de webservice Polar Flow op polar.com/flow en zie hoe alle kleine keuzes en dagelijkse gewoontes een wereld van verschil kunnen maken.

Je gegevens synchroniseren

Synchroniseer je activiteit regelmatig met de webservice Polar Flow en volg je prestaties. Je kunt je gegevens automatisch synchroniseren met de mobiele app Polar Flow of via een USB-kabel.

Synchroniseren via webservice

Telkens als je je Polar Loop met de speciale USB-kabel op de computer aansluit, worden de activiteitsgegevens via Polar FlowSync naar de webservice overgedragen.

Synchroniseren via de mobiele app

Je activiteitsgegevens van de activity tracker worden via Bluetooth draadloos gesynchroniseerd met de mobiele app Polar Flow en via de internetverbinding van je mobiele apparaat met de webservice.

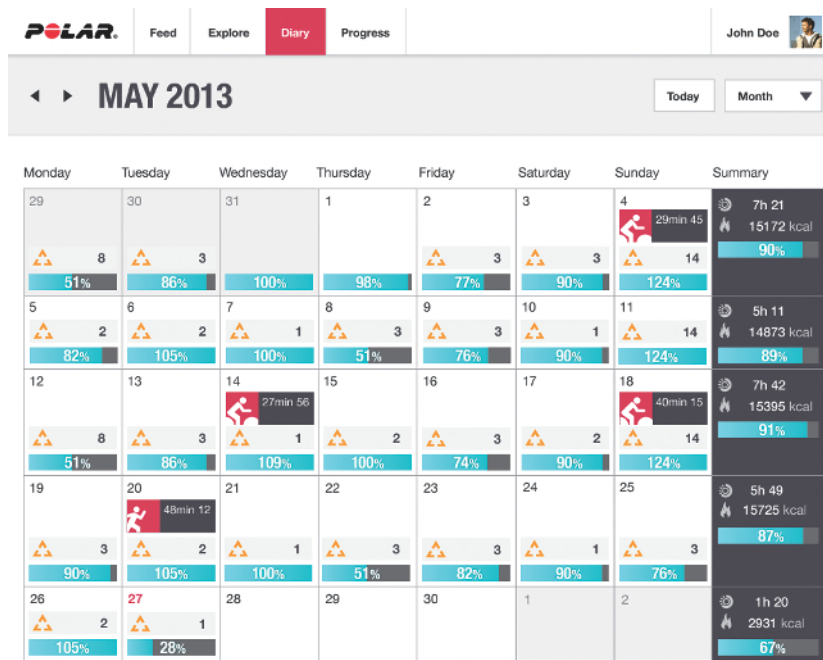
Je prestaties volgen

Activity Benefit volgt al je activiteitskeuzes overdag en laat zien hoe ze je helpen om gezond te blijven. Het belooft je wanneer je genoeg gedaan hebt en spoort je aan als er nog iets ontbreekt aan je dagelijkse activiteitsdoel. Activity Benefit geeft je dagelijkse, wekelijkse en maandelijkse feedback, want hoe meer je beweegt, hoe groter de resultaten voor de gezondheid zijn. Je kunt nu op je smartphone of op internet nakijken hoe het met je gaat.

Activiteitszones. Polar Loop volgt je dagelijkse activiteiten op vijf intensiteitsniveaus: rusten, zitten, lage, gemiddelde en hoge activiteit. Hij meet de verschillende activiteitszones (laag, gemiddeld en hoog) zodat je eerder je doel bereikt naarmate de intensiteit groter is. In de armband van Polar Loop betekent 'UP' een lage intensiteit, 'WALK' betekent een gemiddelde intensiteit en 'JOG' betekent een hoge intensiteit. Op de Polar Flow webservice vind je meer voorbeelden voor activiteiten op een lage, gemiddelde en hoge intensiteit.

Geavanceerde activiteitenanalyse. De totale actieve tijd toont je de cumulatieve tijd van je lichaamsbeweging die goed is voor je lichaam en je gezondheid. Naast de vele details die je krijgt over je fysieke activiteit en de resultaten daarvan voor je gezondheid, kun je ook de perioden van inactiviteit zien en de keren dat je te lang hebt stilgezeten.

Het dagboek is beschikbaar op de Polar webservice. Als je de resultaten van je activiteiten en training van je activity tracker naar het dagboek overdraagt, kun je je activiteiten gemakkelijk evalueren. Je kunt kiezen of je je activiteits- en trainingsgeschiedenis per maand of per week wilt weergeven, samen met een maand- of weekoverzicht naast de dagelijkse weergave.



Dagboekweergave Polar Flow

5. MOBIELE APP POLAR FLOW

Met de mobiele app Polar Flow kun je je activiteitsgegevens al doende volgen en analyseren, en je gegevens draadloos vanaf je Polar Loop naar de Polar Flow-service synchroniseren.

Hij is compatibel met iOS-apparaten met Bluetooth Smart, beginnend met de iPhone 4S- en iPhone 5-serie en iPod touch (5e generatie of later) met het besturingssysteem iOS 6 of later. Hij is compatibel met geselecteerde Androidapparaten met het besturingssysteem 4.3 of later. Ga naar http://www.polar.com/en/support/Flow_app om te zien welke apparaten momenteel ondersteund worden.

Let op. Om de Polar Loop te kunnen gebruiken met de mobiele app Polar Flow moet je het product instellen met je computer. Zie Aan de slag (pagina 5) voor meer informatie over het instellen van het product.

De app downloaden en je Polar Loop koppelen

Zorg dat Bluetooth ingeschakeld is op je apparaat en dat de internetverbinding beschikbaar is.

De mobiele app Polar Flow in gebruik nemen met Polar Loop

1. Download de app van de Apple App Store of van Google Play.
2. Open de app en meld je aan met je Polar-account. Wacht totdat het venster **Connect device** (Apparaat verbinden) verschijnt.
3. Druk op de knop van je Polar Loop om hem met de app te koppelen. Wacht totdat het Loop-display uitschakelt en de synchronisatie kan beginnen.



Houd je Polar Loop dicht genoeg tegen de microfoon om te zorgen dat de koppeling slaagt.

4. Tik op **OK** op je apparaat om de koppeling te accepteren.

Nu worden de instellingen van je Polar-account vanaf de webservice Polar Flow overgedragen naar de app en de app geeft je persoonlijke activiteitsgegevens en begeleiding weer.

Je gegevens synchroniseren

De mobiele app Polar Flow synchroniseert je activiteitsgegevens en instellingen automatisch met de webservice Polar Flow wanneer de app gestart is en je apparaat vlakbij is. Het automatisch synchroniseren gebeurt eenmaal per uur. Je kunt je gegevens ook handmatig synchroniseren door op de aanraakknop van je Polar Loop te tikken.

Ook als de app niet actief is op je apparaat, werkt hij op de achtergrond. Door op de knop van je Polar Loop te tikken start de synchronisatie als deze de afgelopen 15 minuten niet heeft plaatsgehad..

Meer weten over je activiteit

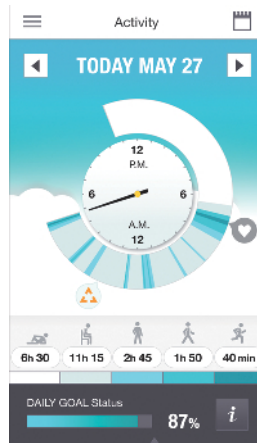
Activiteitseffect volgt al je activiteitskeuzes overdag en laat zien hoe ze je helpen om gezond te blijven. Het belooft je wanneer je genoeg gedaan hebt en spoort je aan als er nog iets ontbreekt aan je dagelijkse activiteitsdoel. Activiteitseffect geeft je dagelijkse, wekelijkse en maandelijkse feedback, omdat de resultaten voor de gezondheid groter zijn naarmate je meer beweegt. Je kunt nu op je mobiele telefoon of op internet nakijken hoe het met je gaat.

Activiteitzones. Polar Loop volgt je dagelijkse activiteiten of vijf intensiteitsniveaus: rusten, zitten, lage, normale en hoge activiteit. Hij meet de verschillende activiteitzones (laag, normaal en hoog) zodat je eerder je doel bereikt naarmate de intensiteit groter is. In de armband van Polar Loop betekent 'UP' een lage intensiteit, 'WALK' betekent lage intensiteit en 'JOG' betekent hoge intensiteit. Op de Activiteitenbegeleiding van de mobiele app en op de webservice Polar Flow vind je meer voorbeelden voor activiteiten van lage, normale en hoge intensiteit.

Inactivity Alert (Inactiviteitswaarschuwing). Herinnert je wanneer je te lang hebt stilgezeten.

Advanced activity analysis (Geavanceerde activiteitenanalyse). De totale actieve tijd toont je de cumulatieve tijd van je lichaamsbeweging die goed is voor je lichaam en je gezondheid. Naast de vele

details die je krijgt over je fysieke activiteit en de resultaten daarvan voor je gezondheid, kun je ook de perioden van inactiviteit zien en de keren dat je te lang hebt stilgezeten.



Polar Flow app

Je hartslagtraining analyseren

Als je bij je trainingssessies een hartslagsensor gebruikt hebt, kun je ook al doende je trainingsresultaten nader bekijken. Selecteer de gewenste trainingssessie en er verschijnt de hartslagcurve met maximale en gemiddelde hartslag, verbruikte calorieën, alsmede het vetpercentage van de verbruikte calorieën. Je kunt ook zien hoeveel tijd je besteed hebt aan vetverbranding en zones voor conditieverbetering, en je vindt meer informatie over trainingseffect. De functie Trainingseffect geeft motiverende feedback over je trainingssessie en informeert over de effecten van je training.

Let op. Trainingseffect is alleen beschikbaar als je trainingssessie langer dan tien minuten heeft geduurd in een hartslagzone van meer dan 50% van je maximale hartslag.

6. HARTSLAGSENSOR

Polar Loop volgt al je activiteiten. Om nog meer uit je dagelijkse sporten te halen is de hartslagsensor Polar Bluetooth Smart een optionele, maar perfecte aanvulling voor Polar Loop.

Hartslagsensor koppelen

Met je Polar Loop activity tracker kun je een Polar Bluetooth Smart hartslagsensor koppelen. We adviseren om een Polar H6 of H7 Bluetooth Smart hartslagsensor te gebruiken. We kunnen geen compatibiliteit garanderen met hartslagsensoren van andere fabrikanten.

Als je eerder een hartslagsensor met andere apparaten of software hebt gebruikt, zorg dan dat de sensor hiermee geen verbinding heeft wanneer je hem aan Polar Loop koppelt.

1. Doe je compatibele hartslagsensor om. Zorg dat de elektroden van de band vochtig zijn. Zie desgewenst de verdere instructies in de gebruiksaanwijzing van de hartslagsensor.
2. Houd de Polar Loop vlak bij de sensor.
3. Tik op de touch knop van de Polar Loop – wacht enkele seconden totdat **PAIRED** (gekoppeld) op het display verschijnt.



Nu worden je hartslag en EnergyPointer aan de displayrotatie toegevoegd.

Training starten

Om een trainingssessie met hartslagmeting te starten doe je de hartslagsensor en Polar Loop om, je tikt op de touch knop en wacht totdat de hartslag op het scherm verschijnt.



i Tijdens trainen met de hartslagsensor kun je de Polar Loop niet synchroniseren met de mobiele app Polar Flow. Je kunt je gegevens synchroniseren nadat je gestopt bent met de trainingssessie.

Je huidige hartslag wordt weergegeven in aantal hartslagen per minuut (hsm).



Hartslagbegeleiding

Na het aantal hsm verschijnt het belangrijkste huidige effect van je training. De EnergyPointer geeft tijdens een trainingssessie aan of het belangrijkste trainingseffect vetverbranding of conditieverbetering is.

 FAT BURN	In de zone vetverbranding is de trainingsintensiteit lager en is de energiebron hoofdzakelijk vet. Vet verbrandt daarom efficiënt en je stofwisseling, voornamelijk vetverbranding, neemt toe.
 FIT	In de fitnesszone is de trainingsintensiteit hoger en verbeter je je cardiovasculaire conditie, d.w.z. je hart wordt sterker en de bloedsomloop naar de spieren en de longen verbetert. De belangrijkste energiebron zijn koolhydraten.

Training stoppen

Om de registratie van de trainingssessie met hartslagmeting te stoppen maak je de borstband los en koppel je de zender los van de band.

 *Wacht na het verwijderen van de hartslagsensor twee minuten alvorens hem te gebruiken met een ander apparaat of andere software.*

7. BELANGRIJKE INFORMATIE

Polar Loop opladen

Als hij volledig is opgeladen kan de Polar Loop, afhankelijk van het gebruik, maximaal zes dagen gebruikt worden zonder op te laden.

Polar Loop heeft een interne oplaadbare batterij. Gebruik de USB-kabel van de productset om je Polar Loop via de USB-poort op je computer op te laden. Als je de USB-connector op een stopcontact wilt aansluiten, gebruik dan een USB voedingsadapter (niet opgenomen in de productset).

 *Als de batterij leeg is en het display niet oplicht na het aansluiten, kan het 20 seconden duren voordat het laadsymbool verschijnt.*

Het duurt ongeveer 90 minuten om de batterij volledig op te laden.

Als je een wisselstroomadapter gebruikt, zorg dan dat deze gemerkt is met "output 5VDC 0,5A–2A max". Gebruik alleen een wisselstroomadapter waarvan de veiligheid adequaat is goedgekeurd (gemerkt met "LPS", "Limited Power Supply" of "UL listed").

Het display schakelt tussen het laadsymbool en het laadpercentage van de batterij tot deze voor 100% geladen is.



Onderhoud van de Polar Loop

Reinig de Polar Loop met een oplossing van zachte zeep en water en droog hem af met een doek. Gebruik nooit alcohol of een schuurmiddel (staalwol of chemische reinigingsmiddelen). Bewaar hem op een koele en droge plaats. Berg hem niet op in een vochtige omgeving of in luchtdicht materiaal zoals een plastic tas of sporttas. Stel hem niet langdurig bloot aan direct zonlicht.

Waterbestendigheid

De Polar Loop is waterbestendig tot 20 meter. Je kunt hem dragen tijdens en baden en zwemmen.

Polar Loop bijwerken

Als nieuwe updates voor Polar Loop beschikbaar zijn, zal Polar FlowSync je automatisch vragen je apparaat bij te werken.

Polar FlowSync zal al je gegevens synchroniseren voor het resetten en het bijwerken van de activity tracker. Na de update worden je instellingen automatisch teruggeplaatst op de activity tracker.

Polar Loop resetten

Als je Polar Loop gereset moet worden, sluit hem dan aan op je computer en voer in Polar FlowSync onder **Settings** (instellingen) een **Factory Reset** (fabrieksreset) uit.

Bij een fabrieksreset worden alle gegevens in de activity tracker gewist en kan de Polar Loop als nieuw in gebruik worden genomen.

Systeemvereisten voor je computer en mobiele apparaat

- Windows XP, Windows 7, Windows 8 en hoger
- Mac OS X 10.6, OS X 10.7, OS X 10.8 en hoger
- Optionele mobiele app Polar Flow op iOS 6 en nieuwer, compatibele mobiele apparaten iPhone 4S- en iPhone 5-serie en iPod touch (5e gen. of nieuwer)

Technische specificaties

Tabel 7.1. Batterij

Gebruiksduur volledig opgeladen	Maximaal 6 dagen.
Type	25 mAh lithium-polymeer, oplaadbaar, niet vervangbaar.
Laden	USB-compatibele voeding of USB-poort van computer met USB-connector type A.
Duur volledig opladen	90 minuten

Tabel 7.2. Geheugen

Capaciteit	4 Mb
Voorbeelden	12 dagen activiteit en 4 trainingssessies van één uur of 7 dagen activiteit en 8 trainingssessies van één uur.

Tabel 7.3. Communicatie

USB	Speciale Polar USB-kabel Het einde van de kabel van de Polar Loop is magnetisch: houd dit uit de buurt van creditcards en ijzeren objecten.
Draadloos	Bluetooth Smart

Tabel 7.4. Algemeen

Waterbestendig 20 m	Geschikt voor baden en zwemmen.
Bedrijfstemperatuur:	0 °C tot +50 °C / 32 °F tot 122 °F
Laadtemperatuur:	0 °C tot +45 °C / 32 °F tot 113 °F
Nauwkeurigheid hartslagmeter:	± 1 hsm. Definitie is van toepassing bij stabiele condities.
Meetbereik hartslag:	15-240 hsm

Tabel 7.5. Grootte

Omtrek	Min. 145 mm / 5,7 inch Max. 240 mm / 9,4 inch
Gewicht	38 g / 1,34 oz
Breedte	20 mm / 0,8 inch

Tabel 7.6. Display

85 LED-lampjes in 5 x 17 matrix

Tabel 7.7. Knop

Capacitieve touch knop

Tabel 7.8. Sensoren

3D versnellingsmeter

Tabel 7.9. Materialen armband

Voorplaat en band	Polyurethaan (TPU)
Sieronderdelen voorplaat	ABS + galvanisering
Achterplaat	PA + GF

Schroeven achterplaat	Roestvrij staal
Connectordelen achterplaat	Roestvrij staal
Gesp	Roestvrij staal