

PORTUGUÊS

PORTUGUÊS

Índice

1. COMPONENTES DO COMPUTADOR DE CICLISMO.....	3
2. COMO COMEÇAR	4
Medir o Tamanho da Roda.....	4
Definições Básicas.....	6
Estrutura do Menu	8
3. PREPARAR PARA O TREINO	9
Definições da Bicicleta	9
Instalação	10
Utilizar um Acessório com o seu Computador de Ciclismo CS600	10
Colocar o transmissor.....	11
4. GRAVAR O TREINO.....	12
Iniciar o Treino.....	12
5. DEPOIS DO TREINO	14
6. INFORMAÇÕES SOBRE A ASSISTÊNCIA A CLIENTES	15
Cuidados e Manutenção	15
Cuidar do Produto	15
Assistência	16
Substituir as Pilhas.....	17
Precauções.....	20
Interferências Durante o Exercício	20
Minimizar Riscos Durante o Exercício ..	21
Especificações Técnicas	23
Garantia Limitada Internacional Polar	26
Termo de responsabilidade da POLAR	28

1. COMPONENTES DO COMPUTADOR DE CICLISMO

Parabéns! Adquiriu um sistema de treino completo, que pode ser adaptado às suas necessidades de treino. Para obter instruções completas sobre o seu computador de ciclismo, consulte o Manual do Utilizador.

1. Computador de Ciclismo Polar CS400 / CS600: Os dados de ciclismo e de exercícios são registados e exibidos durante o exercício.
2. Transmissor Codificado Polar WearLink® 31 (Polar CS400) / WearLink® W.I.N.D. (Polar CS600): O transmissor envia o sinal da frequência cardíaca para o computador de ciclismo. O transmissor é constituído por um conector e por uma tira elástica.
3. Suporte para Bicicleta Polar Bike Mount™: Fixe o suporte à bicicleta e aplique-lhe o computador de bicicleta.
4. Sensor de Velocidade Polar Speed Sensor™ (CS400) / Speed Sensor™ W.I.N.D. (Polar CS600): Um sensor sem fios, que mede a velocidade e a distância quando faz ciclismo.
5. Sensor de Cadência opcional Polar Cadence Sensor™ (CS400) / Cadence Sensor™ W.I.N.D. (CS600): Um sensor sem fios, que mede a velocidade a que roda os pedais da sua bicicleta, expressa em revoluções por minuto (rpm).
6. Sensor da Saída de Potência opcional Power Output Sensor™ W.I.N.D. (CS600): Um sensor que mede a cadência média e máxima, a saída de potência e o índice de pedalada, bem como o equilíbrio de pedalada esquerda/direita.
7. CD-ROM: Inclui o software Polar ProTrainer 5™ e um Manual do Utilizador para o ajudar a tirar o melhor partido do seu computador de ciclismo.

2. COMO COMEÇAR

Medir o Tamanho da Roda

Antes de activar o seu computador de ciclismo meça o tamanho da roda da sua bicicleta.

As definições do tamanho da roda são um pré-requisito para obter dados de ciclismo correctos. Existem duas maneiras de determinar o tamanho da roda da sua bicicleta:

Método 1

Procure o diâmetro em polegadas ou em ETRTO, que está impresso na roda. Verifique qual é o tamanho correspondente em milímetros na coluna da direita da tabela ETRTO da página seguinte.



Os tamanhos de roda referidos na tabela são informativos, dado que o tamanho da roda depende do tipo de roda e da pressão de ar.

Método 2

Para um resultado mais rigoroso, meça a roda manualmente.

Use a válvula para marcar o ponto em que a roda toca no chão. Trace uma linha no chão para marcar esse ponto. Desloque a bicicleta para a frente, numa superfície plana, até concluir uma rotação. O pneu deve permanecer perpendicular ao chão. Trace outra linha no chão, no alinhamento da válvula, para marcar uma rotação inteira. Meça a distância entre as duas linhas.

Subtraia 4 mm, que correspondem ao efeito da pressão do seu peso na bicicleta, para obter o perímetro da roda. Registe este valor no computador de ciclismo.

ETRTO	Tamanho da roda (polegadas)	Valor do tamanho da roda (mm)
25-559	26 x 1,0	1884
23-571	650 x 23C	1909
35-559	26 x 1,50	1947
37-622	700 x 35C	1958
47-559	26 x 1,95	2022
20-622	700 x 20C	2051
52-559	26 x 2,0	2054
23-622	700 x 23C	2070
25-622	700 x 25C	2080
28-622	700 x 28	2101
32-622	700 x 32C	2126
42-622	700 x 40C	2189
47-622	700 x 47C	2220

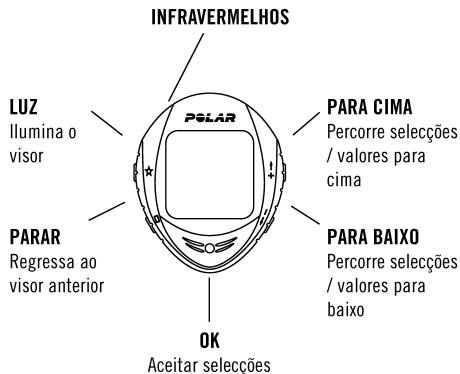
PORTUGUÊS

Definições Básicas

Antes de utilizar o seu computador de ciclismo pela primeira vez, personalize as definições básicas. Introduza dados tão precisos quanto possível para garantir uma resposta correcta do equipamento, baseada nos seus parâmetros pessoais.

Para ajustar os valores, prima PARA CIMA, ou PARA BAIXO e aceite com OK. Para percorrer os valores mais rapidamente, prima PARA CIMA ou PARA BAIXO sem libertar.

1. Para activar o seu computador de ciclismo, prima OK duas vezes. Uma vez activado, o computador não pode ser desligado!
2. É exibida a saudação **Welcome to Polar Cycling World! (Bem-vindo ao Mundo do Ciclismo Polar!)** Prima OK.

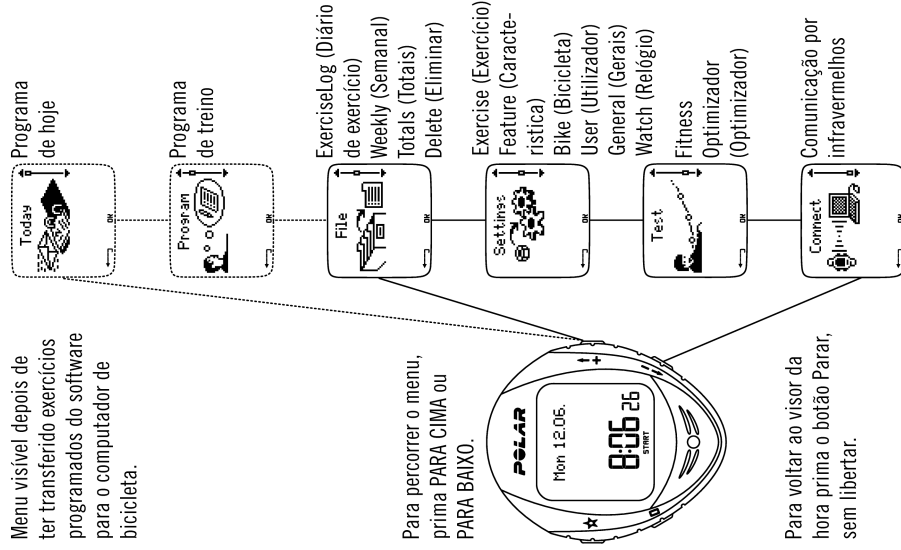


3. **Language** (Idioma) Seleccione **English** (Inglês), **Deutsch** (Alemão), **Español** (Espanhol), **Français** (Francês) ou **Italiano**. Prima OK.
4. É exibida a mensagem **Start with bike settings** (Começar com as definições da bicicleta). Prima OK.
5. **Number of bikes** (Número de bicicletas): Seleccione **1**, **2** ou **3** (CS600) consoante o número de bicicletas que vai utilizar. Se utilizar apenas uma bicicleta, pode introduzir mais tarde as definições para as bicicletas 2 ou 3 (CS600).
6. **Wheel** (Roda): Indique o tamanho da roda (**mm**) para cada uma das suas bicicletas. Para mais informações, veja Medir o Tamanho da Roda.
7. É exibida a indicação **Basic Settings** (Definições Básicas). Prima OK e regule os seguintes dados:
8. **Time** (Hora): Seleccione **12h** ou **24 h**. No modo de **12h**, seleccione **AM** ou **PM** e digite a hora local.
9. **Date** (Data): Digite a data actual; dd = dia, mm = mês, yy = ano. Se utilizar unidades imperiais, regule a data; mm = mês, dd = dia, yy = ano.
10. **Units** (Unidades): Seleccione unidades métricas (**kg/cm/km**) ou imperiais (**lb/ft/mi**).
11. **Weight** (Peso): Introduza o seu peso. Para mudar as unidades prima LIGHT (Botão da luz) sem libertar.
12. **Height** (Altura): Introduza a sua altura. No formato LB/FT introduza primeiro os pés e depois as polegadas.
13. **Birthday** (Data de nascimento): Introduza a sua data de nascimento: dd = dia, mm = mês, yy = ano.
14. **Sex** (Sexo): Seleccione **Male** (Masculino) ou **Female** (Feminino).
15. É exibida a pergunta **Settings OK? (Definições OK?)** Seleccione **Yes** (Sim) ou **No** (Não). Seleccione **Yes** (Sim) para aceitar e guardar as definições. O computador de ciclismo exhibe a hora. Seleccione **No** (Não) se as definições estiverem incorrectas e necessitarem de ser alteradas. Prima STOP para voltar aos dados que pretende alterar.



Utilize o software Polar ProTrainer 5 para introduzir todas as definições básicas.

Estrutura do Menu



3. PREPARAR PARA O TREINO

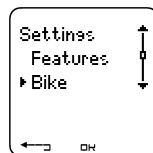
Definições da Bicicleta

É possível definir duas/três preferências de bicicleta (CS600) no computador de bicicleta. Prepare as definições das bicicletas e, quando começar a treinar, selecione bicicleta 1, 2 ou 3 (CS600). Por defeito, são activados os valores da Bicicleta 1.

Select Settings (Selecione Definições) > **Bike** (Bicicleta) > **Bike 1** (Bicicleta 1), **Bike 2** (Bicicleta 2), **Bike 3 (CS600)** (Bicicleta 3 (CS600)) ou **Other** (Outra). A Bicicleta 2 e a Bicicleta 3 (CS600) podem ser activadas ou desactivadas.

Selecione **Other** (Outro) para desactivar os sensores de velocidade, cadência e potência, e para medir apenas os dados da frequência cardíaca, altitude e temperatura.

Para mais informações sobre as Definições da Bicicleta, consulte o Manual do Utilizador.



PORTUGUÊS

Instalação

Instalar o Suporte para Bicicleta Polar e o Sensor de Velocidade

Para instruções sobre como instalar o suporte para Bicicleta Polar e o Sensor de Velocidade, consulte o manual do utilizador do Sensor de Velocidade.

Sensores de Cadência e de Saída de Potência opcionais

Para instruções sobre como instalar o Sensor de Cadência Polar e o Sensor da Saída de Potência Polar, consulte o manual do utilizador do Sensor de Cadência e o manual do utilizador do Sensor da Saída de Potência.

Utilizar um Acessório com o seu Computador de Ciclismo CS600

O seu computador de ciclismo foi “ensinado” a trabalhar com o transmissor Polar WearLink W.I.N.D. e com o Sensor de Velocidade W.I.N.D. para medir a frequência cardíaca, a velocidade e a distância. Por outras palavras, o seu computador de ciclismo só reconhece sinais do seu transmissor e sensor de velocidade, permitindo-lhe exercitar-se em grupo sem interferências.

Para mais informações sobre como ensinar um novo transmissor ou sensor consulte o Manual do Utilizador.

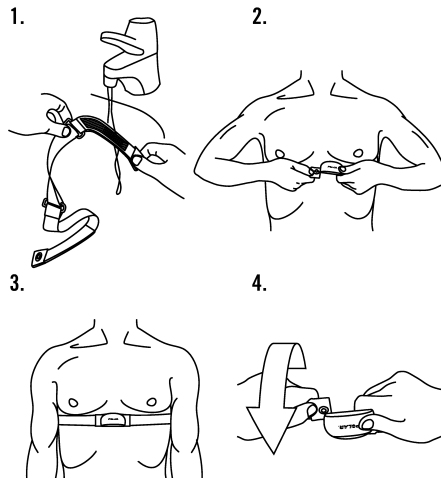


Antes de participar num evento de ciclismo, não se esqueça de executar o processo de aprendizagem em casa. Este procedimento evita interferências devidas à transmissão de dados a longa distância.

Colocar o transmissor

Para medir a frequência cardíaca necessita de utilizar o transmissor.

1. Humedeça as zonas dos eléctrodos da tira elástica com água corrente e verifique se estas ficam bem húmidas.
2. Prenda o conector à tira elástica. Posicione a letra L do conector na palavra LEFT da tira e aperte o fecho. Regule o comprimento da tira de modo que esta fique justa à pele e confortável. Passe a tira à volta do tórax, logo abaixo dos músculos peitorais, e aperte o segundo fecho.
3. Verifique se as zonas húmidas dos eléctrodos estão em contacto com a pele e se o logotipo Polar do conector fica centrado e na vertical.
4. Para separar o conector da tira, aplique pressão com o polegar e o indicador, e rode a mão, de acordo com o indicado na figura.

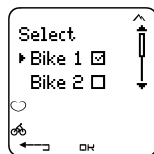


4. GRAVAR O TREINO

Iniciar o Treino

Coloque o transmissor e aplique o computador de ciclismo no suporte para bicicleta.

1. Inicie a medição da frequência cardíaca premindo OK. O computador de ciclismo entra no modo de pausa.
2. Selecciona a bicicleta com que se vai exercitar. Por defeito, é activada a Bicicleta 1. Selecciona **Settings** (Definições) > **Bike** (Bicicleta) > **Bike1** (Bicicleta 1) > OK. Selecciona **Other** (Outro) se apenas quiser registar a frequência cardíaca.
3. Dentro de 15 segundos (CS400) / 4 segundos (CS600), a sua frequência cardíaca e o símbolo do coração são exibidos no visor. O símbolo do coração dentro de uma moldura indica que a transmissão está a ser codificada. No CS400 o símbolo do ciclista no canto inferior esquerdo indica que a bicicleta **1** ou **2** está a ser utilizada. No CS600 o símbolo do ciclista pára de piscar quando todos os sensores tiverem sido encontrados.



4. Inicie a sessão de exercício premindo OK. O tipo de exercício é exibido no canto superior esquerdo.
5. Faça uma pausa na gravação do exercício premindo STOP. Para parar totalmente a gravação, seleccione EXIT.

Para utilizar totalmente os diversos parâmetros, seleccione o menu Definições. Para mais informações sobre as Definições, consulte o Manual do Utilizador.

5. DEPOIS DO TREINO

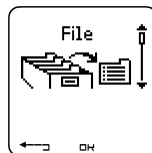
Retire o conector da tira elástica depois de o utilizar. Mantenha o transmissor seco e limpo. Para mais informações, consulte Cuidados e Manutenção.

Reveja os dados do exercício em **File** (Ficheiro).

- O Diário de Exercício (**Exercise Log**) apresenta uma lista com um máximo de 99 ficheiros de exercício.
- O resumo Semanal (**Weekly**) exhibe resumos das últimas 16 semanas.
- Os Totais (**Totals**) incluem os valores cumulativos gravados durante as sessões de treino.
- Eliminar ficheiros (**Delete**). Para ver os dados do exercício prima primeiro OK e depois PARA CIMA, ou PARA BAIXO.

Para uma análise completa, transfira os dados para o Polar ProTrainer 5.

Para obter mais informações sobre como analisar informações de treino, consulte o Manual do Utilizador.



6. INFORMAÇÕES SOBRE A ASSISTÊNCIA A CLIENTES

Cuidados e Manutenção

Cuidar do Produto

Tal como qualquer outro dispositivo electrónico, o Computador de Ciclismo Polar deve ser tratado com cuidado. As sugestões apresentadas a seguir vão ajudá-lo a cumprir os requisitos de garantia e a tirar partido deste produto, durante muitos anos.

Depois de utilizar o conector do transmissor, retire-o da tira elástica. Limpe o conector com uma solução de água e sabão suave. Seque-o com uma toalha. Nunca utilize álcool ou qualquer material abrasivo (como palha-de-aço ou químicos de limpeza).

Enxagúe a tira elástica do transmissor após cada utilização. Se usar a tira elástica mais de três vezes por semana lave-a à máquina, pelo menos de três em três semanas, a 40°C / 104°F. Utilize uma bolsa de lavagem. Não deixe de molho e não

use detergente com lixívia ou amaciador de tecidos. Não lave a seco nem branqueie a tira elástica.

Lave a tira elástica antes de a guardar por períodos prolongados e sempre que a utilizar em piscinas com um elevado teor de cloro. Não seque a tira com centrifugação nem a passe a ferro. Nunca coloque o conector numa máquina de lavar ou de secar! **Seque e guarde a tira elástica e o conector separadamente.**

Guarde o computador de ciclismo e o transmissor num local fresco e seco. Não os guarde num local húmido, envolvidos em material que não permite a circulação de ar (como um saco de plástico ou saco de desporto) ou com material condutor como uma toalha húmida. A transpiração e a humidade podem manter os eléctrodos do transmissor molhados e o transmissor activado, diminuindo a duração da pilha.

PORTUGUÊS

O computador de ciclismo e os sensores são resistentes à água e podem ser usados à chuva. Para manter a resistência à água, não lave o computador de ciclismo ou os sensores com uma máquina de lavar de alta pressão nem os mergulhe água.

Mantenha o computador de ciclismo e os sensores limpos. Limpe-os com uma solução de sabão suave e água, e, no final, enxágue com água limpa. Não os mergulhe em água. Seque-os cuidadosamente com uma toalha. Nunca utilize álcool ou qualquer material abrasivo, como palha-de-aço ou químicos de limpeza.

Evite pancadas fortes no computador de ciclismo ou nos sensores, pois pode danificá-los. Não exponha o computador de ciclismo à luz solar directa durante períodos prolongados, por exemplo, deixando-o no carro ou no suporte para bicicleta.

As temperaturas de funcionamento são -10 °C a +50 °C / +14 °F a +122 °F.

Assistência

Se o seu computador de ciclismo necessitar de assistência durante a garantia, nos dois primeiros anos de utilização, deverá recorrer apenas a Centros de Assistência Polar autorizados. A garantia não cobre danos, mesmo que indirectos, resultantes de assistência técnica prestada por serviços não autorizados pela Polar Electro. Para obter mais informações, consulte Garantia Limitada Internacional Polar.

Para mais informações sobre os serviços pós-vendas perto de si, consulte o Cartão de Serviço a Clientes Polar.

Registe o seu produto Polar em <http://register.polar.fi/> para nos ajudar a melhorar a assistência ao cliente e os produtos para podermos responder melhor às suas necessidades.

Substituir as Pilhas

As pilhas dos **Sensores de Velocidade** e de **Cadência não podem ser substituídas**. Contacte o Centro de Assistência Técnica Polar autorizado para proceder à substituição do transmissor e dos sensores de velocidade e cadência.

Para instruções sobre a substituição da pilha do **Sensor de Saída de Potência W.I.N.D.**, consulte o manual do utilizador do Sensor da Saída de Potência.

Pilha do Computador de Ciclismo

Recomendamos que substitua a pilha num Centro de Assistência Técnica Polar autorizado. Evite abrir a tampa do compartimento da pilha, que se encontra selada. No entanto, se decidir mudar a pilha, siga as instruções da página seguinte.

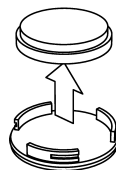
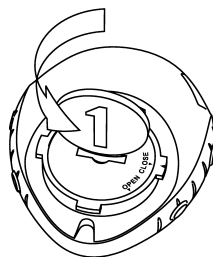
Para garantir a máxima duração da tampa do compartimento da pilha, retire-a apenas quando for necessário substituir a pilha.

O indicador de pilha fraca e a mensagem **Battery Low** (pilha fraca) são exibidas quando a pilha do computador de ciclismo tem 10-15% da sua carga. A luz de retroiluminação e os sons do computador de ciclismo são desactivados automaticamente quando o símbolo é exibido. O uso excessivo da luz de retroiluminação gasta a pilha do computador de bicicleta mais rapidamente. Em ambientes com temperaturas baixas o indicador de pilha fraca pode ser exibido, mas desaparece quando voltar a um ambiente com uma temperatura mais elevada.

PORTUGUÊS

Para substituir a pilha do computador de ciclismo, precisa de uma moeda e de uma pilha (CR 2354).

1. Usando uma moeda que encaixe à justa na ranhura da tampa traseira, retire a tampa do compartimento da pilha premindo ligeiramente e rodando, no sentido contrário ao dos ponteiros do relógio até à posição **OPEN** (ABERTO).
2. Retire a tampa da pilha. A pilha está fixa à tampa, que deve ser levantada com cuidado. Retire a pilha e substitua-a por uma nova. Tenha cuidado para não danificar as roscas da tampa do compartimento da pilha.
3. Coloque o lado negativo (-) da pilha voltado para o computador de ciclismo e o lado positivo (+) voltado para a tampa.
4. O anel vedante da tampa da pilha também é aplicado à tampa. Antes de fechar a tampa do compartimento da pilha verifique se o anel vedante da tampa não está danificado e está correctamente colocado na respectiva ranhura. Substitua o anel vedante apenas se este estiver danificado.
5. Volte a colocar a tampa da pilha e rode-a no sentido dos ponteiros do relógio, utilizando uma moeda, até à posição **CLOSE** (FECHADO). Verifique se a tampa está bem fechada!



Se for utilizado de acordo com as instruções do fabricante, o anel vedante da pilha dura toda a vida útil do computador de ciclismo. No entanto, se o anel vedante estiver danificado recomendamos que contacte um Centro de Assistência Técnica Polar. Os anéis vedantes de substituição só estão disponíveis em Centros de Assistência Técnica Polar autorizados.

Depois de substituir a pilha, volte a introduzir a hora e a data nas Definições Básicas. Para mais informações, veja Definições Básicas.



Mantenha as pilhas fora do alcance de crianças. Em caso de ingestão contacte imediatamente um médico. As pilhas devem ser eliminadas de acordo com as leis locais.

Para mudar a pilha do **Transmissor WearLink W.I.N.D.**, siga cuidadosamente as instruções apresentadas em Substituir a pilha do computador de ciclismo.

PORTUGUÊS

Precauções

O Computador de Ciclismo Polar apresenta os seus indicadores de desempenho. Indica o nível de intensidade e esforço fisiológico durante os exercícios. Também mede a velocidade e a distância, quando se faz ciclismo com um sensor de Velocidade Polar (CS400) / Sensor de Velocidade Polar W.I.N.D. (CS600). O Sensor de Cadência Polar (CS400) / Sensor de Cadência Polar W.I.N.D. (CS600) foi concebido para medir a cadência durante o ciclismo. O Sensor de Potência Polar W.I.N.D. (CS600) foi concebido para medir a saída de potência durante o ciclismo. Não se destina nem está implícito nenhum outro tipo de utilização.

Interferências Durante o Exercício

Interferências Electromagnéticas e Equipamento de Exercício. Podem ocorrer interferências perto de linhas de alta tensão, semáforos, catenárias de comboios e de eléctricos, televisões, motores de automóvel, computadores de bicicleta, de alguns aparelhos de exercício motorizados, telemóveis ou quando passar em portas com sistemas de

detecção de metais. Os fornos microondas, computadores e estações de base WLAN também podem provocar interferências quando se estiver a exercitar com o CS600. Para evitar leituras irregulares, afaste-se de eventuais fontes de interferências.

Os equipamentos de exercício com componentes electrónicos ou eléctricos, como visores de LED, motores e travões eléctricos, podem provocar interferências. Para resolver estes problemas, proceda do seguinte modo:

1. Retire o transmissor do peito e utilize o equipamento de exercício como habitualmente.
2. Desloque o computador de ciclismo até encontrar uma zona em que não seja exibida nenhuma leitura errada nem o símbolo do coração intermitente. Regra geral, a interferência é maior mesmo à frente do ecrã do equipamento, enquanto do lado esquerdo ou direito do ecrã é quase inexistente.

3. Volte a colocar o transmissor no peito e, tanto quanto possível, mantenha o computador de ciclismo nesta zona livre de interferências.

Se mesmo assim o computador de ciclismo não funcionar com o equipamento de exercício, este pode emitir demasiado ruído eléctrico para permitir a medição da frequência cardíaca sem fios.

Minimizar Riscos Durante o Exercício

A prática de exercício pode incluir algum risco. Antes de iniciar um programa de exercício regular, recomendamos que responda às seguintes perguntas sobre o seu estado de saúde. Se responder afirmativamente a alguma destas perguntas, recomendamos que consulte um médico antes de iniciar qualquer programa de treino.

- Deixou de praticar exercício durante os últimos 5 anos?
- Tem hipertensão ou colesterol elevado?
- Está a tomar algum medicamento para a tensão ou para o coração?
- Tem ou teve problemas respiratórios?

- Tem sintomas de alguma doença?
- Está a recuperar de doença grave ou de tratamento médico?
- Tem um pacemaker ou outro dispositivo electrónico implantado?
- Fuma?
- Está grávida?

Para além da intensidade do exercício, a medicação para o coração, para a tensão arterial, para patologias do foro psicológico, para a asma, para problemas respiratórios, etc., bem como algumas bebidas energéticas, o álcool e a nicotina, também podem afectar a sua frequência cardíaca.

É importante estar atento às reacções do seu organismo durante a actividade física. **Se sentir alguma dor inesperada ou fadiga excessiva durante o exercício, deve parar ou continuar com menos intensidade.**

PORTUGUÊS

Aviso para pessoas com pacemakers, desfibriladores ou outros dispositivos electrónicos implantados. Os indivíduos com pacemaker que utilizem o computador de bicicleta Polar, fazem-no por sua conta e risco. Antes de começar a utilizar, recomendamos sempre a realização de uma prova de esforço sob supervisão médica. Esta prova destina-se a garantir a segurança e fiabilidade da utilização simultânea do pacemaker e do computador de ciclismo Polar.

Se tem alergia cutânea a alguma substância ou se suspeita de uma reacção alérgica provocada pela utilização do produto, consulte a lista de materiais apresentada nas Especificações Técnicas. Para evitar qualquer risco de reacção cutânea ao transmissor, use-o por cima de uma T-shirt, mas humedeça-a bem por baixo dos eléctrodos para garantir um funcionamento sem problemas.



A humidade e o desgaste intensos podem provocar a libertação de tinta preta da superfície do transmissor, que pode manchar roupas claras.

Especificações Técnicas

Computador de Ciclismo

Produto Laser da Classe 1	
Duração da pilha:	Em média, 1 ano
Tipo de pilha:	CR 2354
Anel vedante da pilha:	Anel vedante 20,0 x 1,0 Material: silicone
Temperatura de funcionamento:	-10 °C a +50 °C / 14 °F a 122 °F
Materiais:	Polímero termoplástico
Precisão do relógio:	Superior a $\pm 0,5$ segundos / dia a uma temperatura de 25 °C / 77 °F
Precisão do monitor de frequência cardíaca:	$\pm 1\%$ ou 1 bpm, consoante o maior. A definição aplica-se a condições de estabilidade.
Intervalo da medição da frequência cardíaca:	15-240
Intervalo de visualização da velocidade actual:	0-127 km/h ou 0-75 mph
Intervalo de visualização da altitude:	-550 m ... +9000 m / -1800 ft ... +29500 ft
Resolução da subida:	5 m / 20 ft

Valores limite do computador de ciclismo

Máximo de ficheiros:	99
Tempo máximo:	99 h 59 min 59 s
Máximo de voltas:	99
Distância total:	999 999 km / 621370 mi
Duração total:	9999h 59min 59s
Consumo calórico total:	999 999 kcal
Total da contagem das sessões de exercício:	9999
Total subido:	304795 m / 999980 ft

Transmissor

Duração da pilha do transmissor WearLink 31:	Em média 2 anos (1h/ dia, 7 dias/ semana)
Duração da pilha do Transmissor WearLink W.I.N.D. :	Média de 2 anos (3h/ dia, 7 dias/ semana)
Tipo de pilha:	CR2025
Anel vedante da pilha:	Anel vedante 20,0 x 1,0 Material: silicone
Temperatura de funcionamento:	-10 °C a +40 °C / 14 °F a 104 °F

PORTUGUÊS

Material do conector: Poliamida
Material da tira elástica: Poliuretano / Poliamida / Poliéster / Elastano / Nylon

Polar WebLink com Comunicação IrDA, Polar ProTrainer 5™

Requisitos Do Sistema: PC
Windows® 2000/XP (32bit)
Porta compatível com IrDA
(dispositivo externo IrDA ou porta interna IR)
Além disso, para correr o software, o PC deverá ter um processador Pentium II 200 MHz ou superior, monitor com resolução SVGA ou superior, 50 MB de espaço livre no disco rígido e unidade de CD-ROM.

Especificações técnicas dos Sensores de Velocidade, Cadência e Saída de Potência

Consulte os manuais do utilizador de cada acessório.

A resistência dos produtos Polar à água é testada em conformidade com a Norma Internacional ISO 2281. Os produtos são divididos em três categorias diferentes, conforme a sua resistência à água. Verifique a categoria de resistência à água, na parte de trás do seu produto Polar, e compare-a com o quadro apresentado a seguir. Não se esqueça que estas definições não se aplicam necessariamente a produtos de outros fabricantes.

Inscrição na parte de trás da caixa	Salpicos, suor, chuva, etc.	Tomar banho e nadar	Mergulho em apneia (sem garrafas de ar)	Mergulho autónomo (com garrafas de ar)	Características de resistência à água
Water resistant	x	-	-	-	Salpicos, chuva, etc.
Water resistant 50m	x	x	-	-	Mínimo para tomar banho e nadar*
Water resistant 100m	x	x	x	-	Para uso frequente na água mas não para mergulho autónomo.

*Estas características também se aplicam aos transmissores Polar WearLink 31 e Polar WearLink W.I.N.D. que apresentam a inscrição Water resistant 30m.

Garantia Limitada Internacional Polar

- Esta garantia limitada internacional Polar é emitida pela Polar Electro Inc. em nome dos clientes que adquiriram este produto nos EUA ou Canadá. Esta garantia limitada internacional Polar é emitida pela Polar Electro Oy em nome dos clientes que adquiriram este produto noutros países.
- A Polar Electro Oy/Polar Electro Inc. garante ao consumidor/comprador original deste dispositivo, que o produto se encontra livre de defeitos de material e de mão-de-obra, por um período de dois anos a contar da data de aquisição.
- **Guarde o recibo ou o Cartão de Assistência ao Cliente Polar, carimbado. Esta é a sua prova de compra!**
- A garantia não cobre a pilha, danos devidos a uso inadequado ou abusivo, acidentes, incumprimento das precauções, manutenção inadequada, uso comercial, caixas rachadas ou destruídas e a tira elástica.
- A garantia não cobre quaisquer danos, perdas, custos ou despesas, directas, indirectas, acidentais, consequentes ou especiais, resultantes ou relacionadas com o produto. Durante o período de garantia o produto será reparado ou substituído, num Centro de Assistência Técnica autorizado, sem quaisquer encargos.

- Esta garantia não afecta os direitos estatutários do consumidor, consagrados nas leis nacionais ou estaduais em vigor, ou os direitos do consumidor em relação ao retalhista, decorrentes do respectivo contrato de venda/compra.

CE 0537

Esta marcação CE indica a conformidade do produto com a Directiva 93/42/EEC. Para mais informações consulte http://support.polar.fi/declaration_of_conformity



O símbolo do caixote do lixo com rodas com uma cruz sobreposta indica que os produtos Polar são dispositivos electrónicos abrangidos pela Directiva 2002/96/EC do Parlamento Europeu e do Conselho, relativa a resíduos de equipamentos eléctricos e electrónicos (REEE). Por isso, nos países da UE, estes produtos devem ser eliminados selectivamente. Fora da União Europeia, a Polar encoraja-o a minimizar eventuais efeitos dos resíduos no ambiente e na saúde humana, seguindo as leis locais referentes à eliminação de resíduos e, sempre que possível, a utilizar uma recolha selectiva dos dispositivos electrónicos.

A Polar Electro Oy é uma empresa com certificação ISO 9001:2000.

Copyright © 2007 Polar Electro Oy, FIN-90440 KEMPELE, Finlândia.

Todos os direitos reservados. Nenhuma parte deste manual pode ser utilizada ou reproduzida, seja de que forma for e por que meio for, sem o consentimento prévio por escrito da Polar Electro Oy. Os nomes e logotipos assinalados neste manual do utilizador ou na embalagem do produto com um símbolo TM, são marcas comerciais da Polar Electro Oy. Os nomes e logotipos assinalados neste manual do utilizador ou na embalagem do produto com um símbolo ®, são marcas registadas da Polar Electro Oy, excepto Windows, que é uma marca registada da Microsoft Corporation.

PORTUGUÊS

Termo de responsabilidade da POLAR

- 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, acidentais, consequentes ou especiais, decorrentes de, ou referentes ao uso deste material ou dos produtos aqui descritos.

Outras patentes pendentes.

Este produto está protegido por uma ou mais das seguintes patentes: FI23471, USD49278S, USD492784S, USD492999S, FI68734, US4625733, DE3439238, GB2149514, HK81289, FI88972, US5486818, DE9219139.8, GB2258587, FR2681493, HK306/1996, FI96380, WO95/05578, EP665947, US5611346, JP3568954, DE69414362, FI110303, WO96/20640, EP 0748185, US6104947, FI100924, EP 836165, US 6229454, DE 69709285, FI112028, EP 0984719, US 6361502, FI 111801, US 6418394, EP1124483, WO9855023, US6199021, US6356848, FI114202, US 6537227, FI112844, EP 724859 B1, US 5628324, DE 69600098T2, FI110915, FI 113614.

28 Informações sobre a Assistência a Clientes