

**POLAR**®

# POLAR VANTAGE V



**UŽIVATELSKÁ PŘÍRUČKA**

# OBSAH

<b>Obsah</b> .....	<b>2</b>
<b>Uživatelská příručka ke sportovním hodinkám Polar Vantage V</b> .....	<b>12</b>
Úvod .....	12
Využijte všech výhod, které vám hodinky Vantage V nabízejí .....	12
Aplikace Polar Flow .....	13
Webová služba Polar Flow .....	13
<b>Začínáme</b> .....	<b>14</b>
Nastavení hodinek .....	14
Možnost A: nastavení pomocí mobilního zařízení a aplikace Polar Flow .....	15
Možnost B: nastavení pomocí počítače .....	16
Možnost C: Nastavení v hodinkách .....	16
Funkce tlačítek a gesta .....	16
Časový náhled a nabídka .....	17
Předtréninkový režim .....	17
Při tréninku .....	18
Barevný dotykový displej .....	18
Zobrazení upozornění .....	18
Funkce klepnutí .....	18
Gesto pro aktivaci podsvícení .....	18

Ciferníky hodinek a nabídka .....	19
Ciferníky .....	19
Nabídka .....	23
Párování mobilního zařízení s hodinkami .....	24
Zrušení párování .....	25
Aktualizace firmwaru .....	25
Přes mobilní zařízení nebo tablet .....	25
Přes počítač .....	25
<b>Nastavení .....</b>	<b>27</b>
Fyzická nastavení .....	27
Hmotnost .....	28
Výška .....	28
Datum narození .....	28
Pohlaví .....	28
Frekvence tréninku .....	28
Cíl aktivity .....	29
Preferovaná doba spánku .....	29
Maximální tepová frekvence .....	30
Klidová tepová frekvence .....	30
VO2max .....	30
Obecná nastavení .....	31

# Obsah je uzamčen

**Dokončete, prosím, proces objednávky.**

**Následně budete mít přístup k celému dokumentu.**



**Proč je dokument uzamčen? Nahněvat Vás rozhodně nechceme. Jsou k tomu dva hlavní důvody:**

- 1) Vytvořit a udržovat obsáhlou databázi návodů stojí nejen spoustu úsilí a času, ale i finanční prostředky. Dělali byste to Vy zadarmo? Ne\*. Zakoupením této služby obdržíte úplný návod a podpoříte provoz a rozvoj našich stránek. Třeba se Vám to bude ještě někdy hodit.

*\*) Možná zpočátku ano. Ale vězte, že dotovat to dlouhodobě nelze. A rozhodně na tom nezbohatneme.*

- 2) Pak jsou tady „roboti“, kteří se přiživují na naší práci a „vysávají“ výsledky našeho úsilí pro svůj prospěch. Tímto krokem se jim to snažíme překazit.

A pokud nemáte zájem, respektujeme to. Urgujte svého prodejce. A když neuspějete, rádi Vás uvidíme!