

# Polar Loop

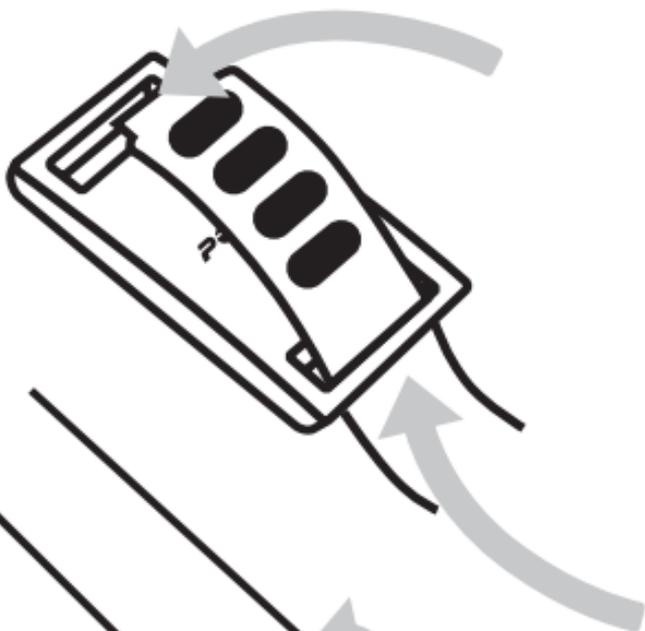
Guia de Introdução



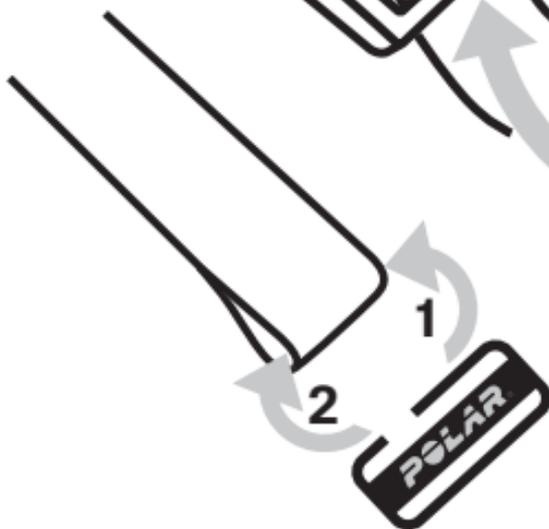
# 1

## Colocar e ajustar a pulseira

A.



B.



C.

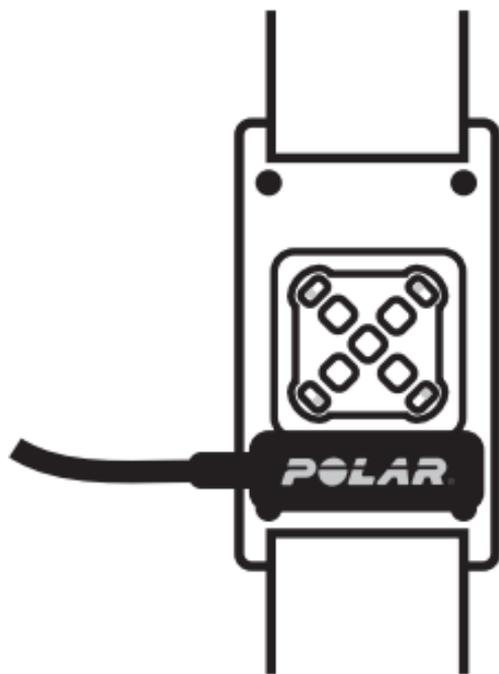


- A. Com os fechos voltados para cima, passe a pulseira pelas aberturas no dispositivo.
- B. Prenda a fivela na alça da pulseira.
- C. Ajuste de maneira confortável e rente e prenda com os fechos.

## 2 Baixar o aplicativo Polar Flow

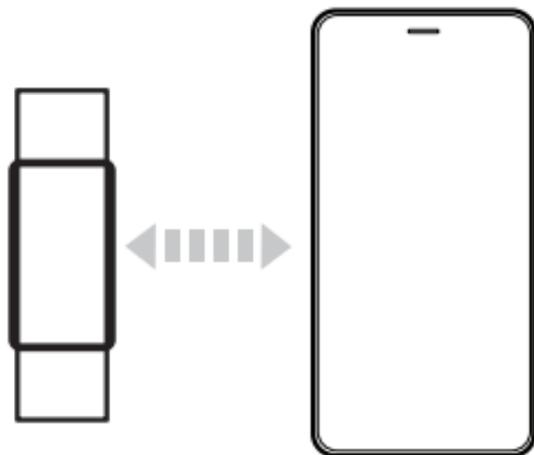


### 3 Carregar



O Polar Loop liga quando você o conecta para carregar. Durante o carregamento, os LEDs indicam o progresso: os LEDs vermelhos que giram no sentido horário mostram que o carregamento está em andamento e, quando a bateria está totalmente carregada, os LEDs vermelhos ficam acessos continuamente.

# 4 Configurar



Depois de conectar o Polar Loop para carregar, abra o aplicativo Flow para iniciar a configuração.

O aplicativo Flow detectará o Polar Loop automaticamente e orientará você durante a configuração. Mantenha o Polar Loop próximo ao celular durante o pareamento e a configuração.

Observe que você deve fazer o pareamento no aplicativo Polar Flow e não nas configurações de Bluetooth do celular.

# 5 Usar



Para uma medição precisa, é importante que o dispositivo esteja posicionado corretamente: o lado com a marca oval deve ficar voltado para o lado do punho do polegar.

Coloque o Polar Loop no pulso para que o sensor óptico de frequência cardíaca fique bem rente à pele. Use o dispositivo no pulso selecionado nas configurações do dispositivo no aplicativo Flow.

# 6 Usar com o Polar Flow

Durante o uso, o Polar Loop monitora automaticamente sua frequência cardíaca, seu sono, sua atividade e suas sessões de treino. Ele sincroniza automaticamente os dados com o aplicativo Flow a cada meia-hora, se o celular estiver dentro do alcance do Bluetooth.

No aplicativo Flow, você pode ver análises detalhadas dos seus dados de treino, atividade e sono. Você também pode, por exemplo:

- Iniciar uma sessão de treino manualmente
- Sincronizar dados manualmente
- Ativar ou desativar a detecção automática de treino e ajustar sua sensibilidade
- Ajustar as configurações do dispositivo, verificar o status da bateria e desligar o dispositivo
- Receber atualizações de firmware

**Mantenha o dispositivo e a pulseira limpos:** lave-os regularmente (pelo menos uma vez por semana) com uma solução de detergente neutro. Enxágue bem com água e deixe-os secar por completo antes de usá-los novamente.

Informações sobre os componentes e especificações técnicas estão disponíveis no manual do usuário em [support.polar.com/br/polar-loop](https://support.polar.com/br/polar-loop).

O equipamento de rádio opera em faixas de frequência ISM de 2,402 a 2,480 GHz e potência máxima de 5,0 mW.

App Store é uma marca de serviço da Apple Inc. Google Play é uma marca comercial da Google Inc.

## Precisa de ajuda?

Visite [support.polar.com/br/polar-loop](https://support.polar.com/br/polar-loop) para acessar manuais do usuário mais detalhados, vídeos de suporte e orientações para solução de problemas. Fale conosco por chat, whatsapp ou e-mail.

Saiba mais em

[support.polar.com/br/polar-loop](https://support.polar.com/br/polar-loop)



Compatível com



Modelo: 6F

Fabricado por  
Polar Electro Oy  
[assistenciatecnica@polar.com](mailto:assistenciatecnica@polar.com)  
[www.polar.com/br](https://www.polar.com/br)

PT 06/2025