

# Polar Loop

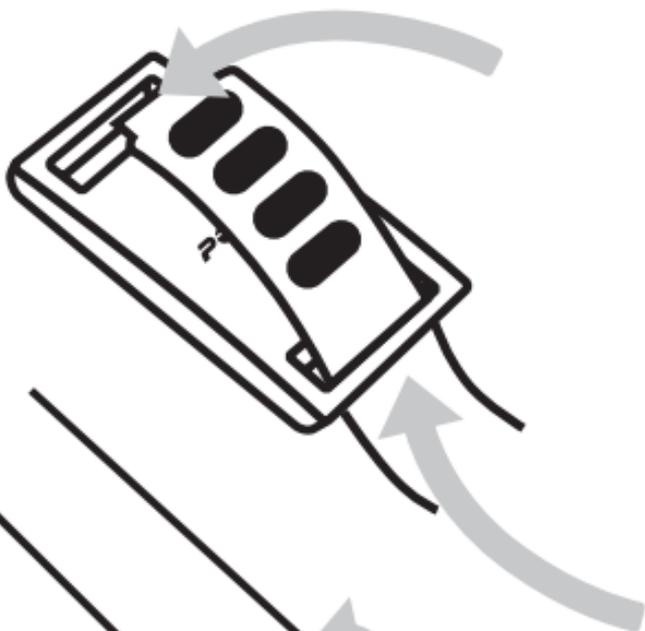
Kurzanleitung

**POLAR®**

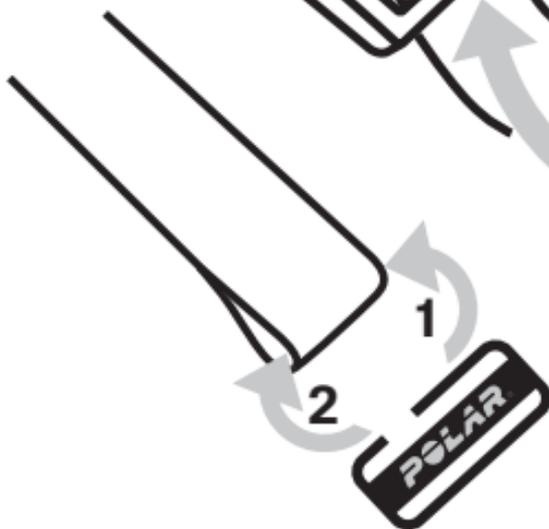
# 1

## Befestigen und anpassen des Armbands

A.



B.

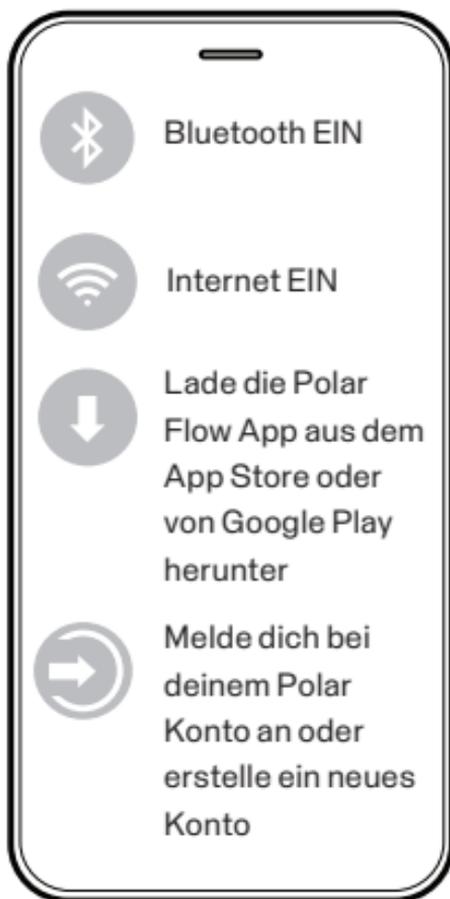


C.



- A. Führe das Armband mit den Verschlüssen nach oben durch die Schlitzte am Gerät.
- B. Befestige die SchlieÙe an der Schlaufe des Armbands.
- C. Stelle es so ein, dass es eng anliegt, aber bequem sitzt, und sichere es mit den Verschlüssen.

## 2 Herunterladen der Polar Flow App

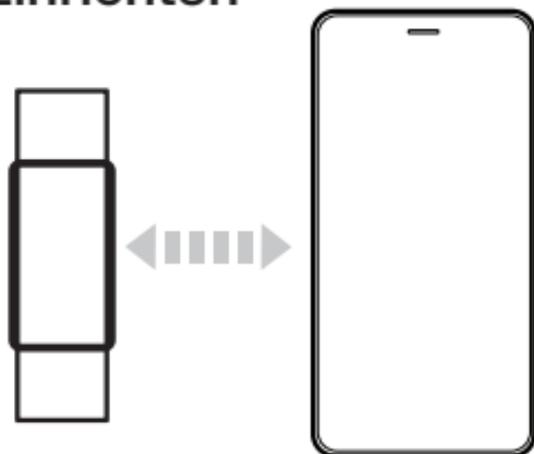


# 3 Laden



Der Polar Loop schaltet sich ein, wenn du ihn zum Aufladen anschließt. Während des Ladevorgangs zeigen die LEDs den Fortschritt an: Im Uhrzeigersinn rot rotierende LEDs zeigen an, dass der Ladevorgang läuft, und wenn der Akku voll geladen ist, leuchten die roten LEDs dauerhaft.

# 4 Einrichten



Nachdem du deinen Polar Loop zum Aufladen angeschlossen hast, öffne die Flow App, um das Einrichten zu starten.

Die Polar Flow App erkennt den Polar Loop automatisch und führt dich durch den Einrichtungsvorgang. Lass deinen Polar Loop während der Kopplung und Einrichtung in der Nähe deines Smartphones.

Beachte, dass du die Kopplung in der Polar Flow App und nicht in den Bluetooth-Einstellungen deines Smartphones vornehmen musst.

# 5 Tragen



Für eine genaue Messung ist es wichtig, dass das Gerät richtig positioniert ist: Die Seite mit der ovalen Markierung sollte zur Daumenseite des Handgelenks zeigen.

Trage den Polar Loop so um dein Handgelenk, dass der optische Pulssensor fest auf deiner Haut liegt. Stelle sicher, dass du das Gerät an dem Handgelenk trägst, das du in den Geräteeinstellungen der Flow App ausgewählt hast.

# 6 Verwendung mit Polar Flow

Wenn du ihn trägst, zeichnet der Polar Loop automatisch deine Herzfrequenz, deinen Schlaf, deine Aktivität und deine Trainingseinheiten auf. Er synchronisiert die Daten automatisch alle halbe Stunde mit der Flow App, wenn sich dein Smartphone in Bluetooth-Reichweite befindet.

In der Flow App kannst du detaillierte Analysen deines Trainings, deiner Aktivität und deiner Schlafdaten sehen. Du kannst z. B. auch:

- Eine Trainingseinheit manuell starten
- Daten manuell synchronisieren
- Die automatische Trainingserkennung ein- oder ausschalten und deren Empfindlichkeit anpassen
- Die Geräteeinstellungen anpassen, den Akkustatus prüfen und das Gerät ausschalten
- Firmware-Updates erhalten

**Halte das Gerät und das Armband sauber:** Wasche beides regelmäßig (mindestens einmal pro Woche) mit milder Seife. Spüle gründlich mit Wasser nach und lasse beides vollständig trocknen, bevor du sie wieder trägst.

Informationen über Materialien und die technischen Daten findest du in der Gebrauchsanleitung auf **[support.polar.com/de/polar-loop](https://support.polar.com/de/polar-loop)**.

Die Funkeinheit arbeitet im ISM-Frequenzbereich 2.402 bis 2.480 GHz und mit 5,0 mW maximaler Leistung.

App Store ist eine Dienstleistungsmarke der Apple Inc. Google Play ist eine Marke der Google Inc.

## Brauchst du Hilfe?

Unter **[support.polar.com/de/polar-loop](https://support.polar.com/de/polar-loop)** findest du ausführliche Gebrauchsanleitungen, Erklärvideos und Anleitungen zur Fehlerbehebung. Kontaktiere uns per Chat oder E-Mail.

Erfahre mehr auf  
[support.polar.com/de/polar-loop](https://support.polar.com/de/polar-loop)



Kompatibel mit



Modell: 6F

Hersteller:  
Polar Electro Oy  
[customercare@polar.com](mailto:customercare@polar.com)  
[www.polar.com](http://www.polar.com)

DE 06/2025