

KALIBRACJA

System Polar LOOK Kéo Power jest automatycznie kalibrowany po każdym włączeniu nadajników i znalezieniu urządzenia odbiorczego Polar. Kalibracja trwa kilka sekund.

i *Temperatura podczas treningu ma wpływ na dokładność kalibracji. Przed rozpoczęciem procesu upewnij się, że temperatura roweru została ustabilizowana.*

1. Aby przeprowadzić kalibrację, włącz nadajniki i uruchom tryb oczekiwania w urządzeniu odbiorczym Polar.
2. Trzymaj rower prosto i nie poruszaj korbami pedałów rowerowych, dopóki kalibracja nie zostanie zakończona.
3. Aby zakończyć kalibrację, postępuj zgodnie z instrukcjami wyświetlanymi na urządzeniu odbiorczym.

Aby mieć pewność, że kalibracja została przeprowadzona prawidłowo:

- » nie obciążaj pedałów w trakcie kalibracji
- » nie przerywaj kalibracji

Jeśli nie masz pewności, że kalibracja została przeprowadzona prawidłowo lub że temperatura zmieniła się o 10°C lub więcej, ponownie wykonaj kalibrację ręcznie.

Ręczną kalibrację z urządzeniem odbiorczym możesz również przeprowadzić w trakcie sesji treningowej.

Szczegółowe informacje na temat kalibracji z urządzeniami innymi niż firmy Polar znajdują się na stronie www.polar.com/support.

TRENING

ROZPOCZĘCIE TRENINGU

1. Włącz nadajniki i uruchom tryb oczekiwania w urządzeniu odbiorczym. Poczekaj, aż system zostanie skalibrowany.
2. Rozpocznij rejestrowanie sesji treningowej za pomocą urządzenia odbiorczego, aby uzyskać dane o mocy, kadencji, efektywności i nacisku prawej i lewej nogi.

Więcej informacji znajduje się w podręczniku użytkownika Twojego urządzenia odbiorczego.

PRZERWANIE SESJI TRENINGOWEJ

Po przerwaniu sesji treningowej za pomocą urządzenia odbiorczego, czujniki przejdą w tryb spoczynku, jeżeli nie będą używane przez 90 sekund.

POMIAR WEKTORA SIŁY

System Polar LOOK Kéo Power jest wyposażony w funkcję pomiaru wektora siły. Umożliwia ona jeszcze bardziej precyzyjną analizę wartości siły pedałowania przez komputer treningowy Polar i pozwala opanować efektywniejszą technikę jazdy.

Z funkcji możesz korzystać za pomocą urządzenia odbiorczego.

WAŻNE INFORMACJE

WYMIANA BATERII

Zaleca się, aby jednocześnie wymieniać baterie w obu nadajnikach.

WYMIANA USZCZELEK NADAJNIKÓW

W zestawie znajdują się zapasowe uszczelki do nadajników.

Ostrożnie wyjmij stare uszczelki za pomocą pęsety. Umieść nowe uszczelki w rowkach nadajników. Zachowaj szczególną ostrożność, aby nie uszkodzić nadajników.

KONSERWACJA

Przed każdą jazdą sprawdź pedały i bloki, upewniając się, że nie są zabrudzone oraz że działają prawidłowo. Codziennie sprawdzaj bloki pod kątem nadmiernego zużycia i wymieniaj je w razie konieczności. Zużyte bloki mogą się przypadkowo wypięć, doprowadzając do wypadku. Wymieniaj wyłącznie na oryginalne bloki LOOK Kéo. Nie nawiercaj, nie maluj ani nie poddawaj bloków przeróbkom. Przechowuj pedały i bloki z dala od źródeł ciepła. Oś: Osie LOOK są poddawane testowi obrotów składającemu się z dwóch milionów cykli po 100 obr./min przy obciążeniu 90 kg na pedał i obrotach mimośrodowych (co powoduje wywieranie siły przy każdym obrocie). Test ten jest bardziej rygorystyczny niż opisany w normie EN 14781. Nie zaleca się stosowania myjek wysokociśnieniowych.

DANE TECHNICZNE

Nadajniki Kéo Power

Typ baterii
Żywotność baterii

Temperatura użytkowania
Temperatura przechowywania
Materiał
Wodoszczelność

Pedały LOOK Kéo Power

Temperatura użytkowania
Temperatura przechowywania
Odstęp pomiędzy korbą a środkiem pedału
Luz pedałów

Wodoszczelność

Zakres pomiarowy

Średnia moc
Analiza nacisku prawej i lewej nogi
Kadencja
Maksymalny nacisk

CR2354
5 miesięcy (przy treningu 2 godz. dziennie, 7 dni w tygodniu)
od -10°C do +50°C
od -20°C do +60°C
Aluminium, PA+GF
IPX7 (odporny na rozpryski wody)

od -10°C do +50°C
od -20°C do +60°C
55 mm
0 (czarne bloki), 4,5 (szare bloki) lub 9 (czerwone bloki) stopni
IPX7 (odporny na rozpryski wody)

0 – 2000 W
0-100%
30 – 199 obr./min
1800 N

REGULACJA NAPRĘŻENIA WPIĘCIA I WYPINANIA PEDAŁÓW

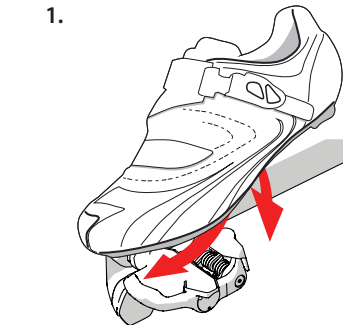
Pedały LOOK są zawsze dostarczane z ustawionym minimalnym naprężeniem wpięcia i wypinania. Regulację zawsze przeprowadzaj na tylnej części pedału (na dźwigni) za pomocą klucza imbusowego 3 mm. Obracając klucz w kierunku + (w prawo), możesz zwiększyć nacisk wymagany do wypięcia bloków. Naprężenie powinno pozostawać na minimalnym poziomie, dopóki nie nauczysz się prawidłowo korzystać z systemu. Nie można przeprowadzać regulacji, jeśli blok jest złączony z pedałem. Po uzyskaniu maksymalnej dopuszczalnej wartości naprężenia usłyszysz kliknięcie. Wówczas przerwij dokręcanie; w przeciwnym razie możesz uszkodzić pedał.

WPINANIE/WYPINANIE

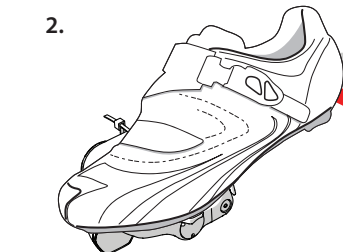
Wpinanie: Umieść blok w pedale w sposób pokazany na rysunku 1 i dociśnij go do pedału, aby zablokować blok.

Wypinanie: Obróć piętę na zewnątrz (rysunek 2), aby wypięć blok. Nie przesuwaj pięty do wewnątrz, ponieważ może ona zetknąć się ze szprychami, co może doprowadzić do wypadku.

1.



2.



Skorzystaj z pomocy technicznej na stronie www.polar.com/support/keo_power_sensor_bluetooth_smart i www.lookcycle.com.



Wyprodukowane przez

Polar Electro Oy
Professorintie 5
FI-90440 KEMPELE
Tel. +358 (0)8 5202 100
Faks +358 (0)8 5202 300
www.polar.com

LOOK Cycle International
27, rue du Dr Léveillé
CS 90013
FR-58028 NEVERS Cedex
Tel. +33 (0)3 86 71 63 00
Faks +33 (0)3 86 71 63 10

www.lookcycle.com

17952267.00 POL 03/2014 10011
17952274.00 BUNDLE 1 03/2014 10011

ŚLEDŹ NA BIEŻĄCO INFORMACJE O FIRMIE POLAR

facebook.com/polarglobal

youtube.com/polar
 twitter.com/

polarglobal

instagram.com/polarglobal

ŚLEDŹ NA BIEŻĄCO INFORMACJE O LOOK CYCLE

LOOK Cycle

Lookcycletv

velolook

POLAR
LISTENS TO YOUR BODY

LOOK

POLAR LOOK KÉO POWER

Podręcznik użytkownika
Polski



WPROWADZENIE

Gratulujemy doskonałego zakupu! W niniejszym podręczniku znajdziesz podstawowe informacje dotyczące obsługi Polar LOOK Kéo Power (z technologią Bluetooth® Smart), innowacyjnego systemu pomiaru mocy wbudowanego w pedały, dzięki któremu poprawisz skuteczność swoich treningów i udoskonalisz technikę jazdy.

System Polar LOOK Kéo Power podaje szczegółowe informacje o generowanej mocy, nacisku lewej i prawej nogi oraz kadencji i efektywności pedałowania. System najlepiej współpracuje z naszym komputerem rowerowym Polar V650, opracowanym przy użyciu najnowszych technologii dla najbardziej ambitnych rowerzystów. Zestaw doskonale sprawdza się również z innymi produktami Polar oraz urządzeniami obsługującymi technologię Bluetooth Smart. Pełna lista obsługiwanych urządzeń Polar znajduje się w menu **Produkty > Akcesoria** na stronie www.polar.com.

Jednocześnie korzystaj z systemu Polar LOOK Kéo Power i **serwisu internetowego Polar Flow**, aby uzyskać jeszcze więcej możliwości. Planuj sesje treningowe, poznawaj wskazówki, które pomogą Ci osiągać cele, analizuj wyniki i dziel się swoimi osiągnięciami z innymi entuzjastami aktywnego trybu życia.

ZAWARTOŚĆ OPAKOWANIA

Opakowanie zawiera pedały i bloki LOOK Kéo Power oraz nadajniki Polar Power. Ponadto w zestawie znajdują się: narzędzie do montażu pedałów, podkładki, uszczelki i inne ważne drobne elementy.

Najnowsza wersja niniejszego podręcznika użytkownika, materiały pomocnicze i poradniki wideo są dostępne na stronie www.polar.com/support.

Podręcznik użytkownika, materiały pomocnicze i poradniki wideo można również znaleźć na stronie www.lookcycle.com.



MONTAŻ SYSTEMU POMIARU MOCY POLAR LOOK KÉO POWER

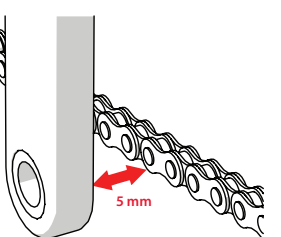
Aby uzyskać precyzyjne pomiary, należy uważnie postępować według instrukcji montażu.

KOMPATYBILNOŚĆ – LISTA KONTROLNA

Przed montażem systemu sprawdź, czy produkt jest kompatybilny z Twoim rowerem.

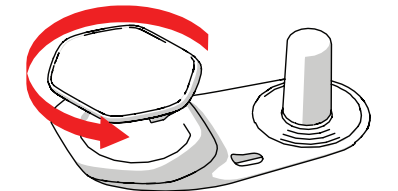
Upewnij się, że:

- » prześwit między łańcuchem a korbą wynosi minimum 5 mm, gdy łańcuch jest założony na największej zębatce przedniej oraz najmniejszej zębatce tylnej.
- » korby nie mają więcej niż 16 mm grubości.
- » korby posiadają standardowe gwinty 9/16 x 20 BSA



MONTAŻ BATERII

1. Otwórz pokrywę, obracając ją w lewo.
2. Umieść baterię (CR2354) wewnątrz pokrywy tak, aby biegun dodatni (+) skierowany był w stronę pokrywy.
3. Załóż ponownie pokrywę. Obróć pokrywę w prawo, aby ją zamknąć.
4. Powtórz czynności w przypadku obu nadajników.

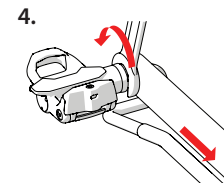
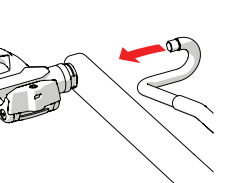
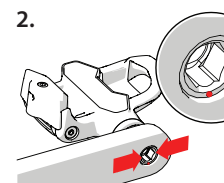
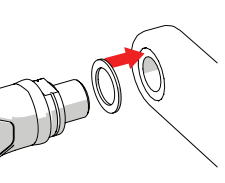


MONTAŻ PEDAŁÓW

Do zamontowania pedałów wymagany jest cienki klucz 18 mm, klucz imbusowy 8 mm i narzędzie do montażu pedałów (znajdujące się w zestawie).

1. Oczyszcz powierzchnie styku korby i gwinty, aby uniknąć uszkodzeń.
2. Jeżeli na korbie znajduje się rowek lub jeśli korby są wykonane z włókna węglowego, umieść podkładkę na osi pedału tak, aby metal stykał się z metalem (rysunek 1). W przypadku wątpliwości zamontuj pedały z podkładką.
3. Wkręć pedał w korbę. Upewnij się, że oś pedału nie wystaje z korby (rysunek 2), a oznaczenie na osi pedału było skierowane w dół przy korbie skierowanej w górę (rysunek 2).
4. Umieść narzędzie do montażu pedałów na osi pedału tak, aby jego oś znajdowała się w jednej linii z korbą (rysunek 3).
5. Przytrzymując narzędzie do montażu w odpowiednim miejscu, dokręć śrubę pedału za pomocą cienkiego klucza 18 mm (rysunek 4). Zalecany moment dokręcania wynosi 35 Nm.
6. Powtórz czynności przy montażu drugiego pedału.

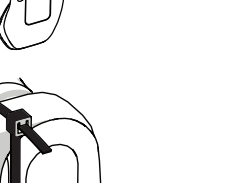
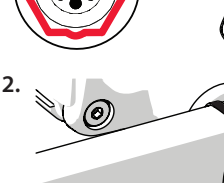
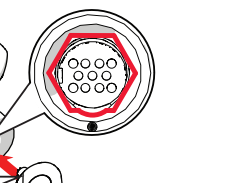
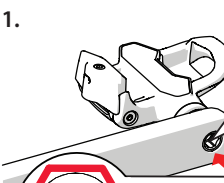
Lewy pedał (oznaczony na osi linią) posiada lewe gwinty, które należy dokręcać w lewo. Prawy pedał posiada prawe gwinty, które należy dokręcać w prawo.



MONTAŻ NADAJNIKÓW

1. Zdejmij nakładkę zabezpieczającą z nadajników.
2. Umieść nadajnik na osi pedału. Sprawdź, czy kształt nadajnika odpowiada kształtowi w osi pedału (rysunek 1). Mocno dociśnij nadajnik; nie używaj jednak nadmiernej siły, aby nie doprowadzić do uszkodzeń.
3. Sprawdź, czy nadajnik znajduje się w prawidłowym położeniu (rysunek 2). W razie konieczności ustaw go ponownie.
4. Przeprowadź opaskę zaciskową przez otwór w nadajniku. Przytrzymaj nadajnik na swoim miejscu, a następnie zaciśnij opaskę wokół korby (rysunek 2). Odetnij wystające elementy opaski.
5. Powtórz czynności w przypadku obu nadajników.
6. Obracając korby, upewnij się, że przy łańcuchu założonym na największą zębatkę przednią oraz najmniejszą zębatkę tylną nadajniki nie uderzają o żadne części roweru ani o łańcuch.

Nadajniki oznaczone są literami R (prawy) i L (lewy). Przy korbie skierowanej w przód nadajniki powinny być skierowane w dół (rysunek 2).



KONTROLKI LED

Urządzenie odbiorcze informuje o stanie nadajników. Służą do tego również kontrolki LED umieszczone na nadajnikach.

Migająca purpurowa kontrolka

Nadajnik jest włączony, lecz należy go nauczyć lub połączyć z urządzeniem odbiorczym.

Migająca niebieska kontrolka

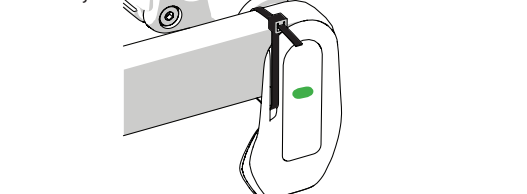
Nadajnik jest połączony z urządzeniem odbiorczym. Kalibracja jeszcze nie została zakończona. Trzymaj rower prosto i nie poruszaj korbami pedałów rowerowych, dopóki kalibracja nie zostanie zakończona.

Migająca zielona kontrolka

Kalibracja została zakończona. Można rozpocząć jazdę. Kontrolki LED zostaną wyłączone podczas pedałowania w celu oszczędzania energii baterii.

Migająca czerwona kontrolka

Wystąpił błąd. Sprawdź urządzenie odbiorcze, aby uzyskać więcej informacji.



UCZENIE NADAJNIKÓW I URZĄDZENIA ODBIORCZEGO

System Polar LOOK Kéo Power jest kompatybilny z urządzeniami obsługującymi technologię Bluetooth Smart i dwoma jednocześnie połączonymi nadajnikami.

Lista kompatybilnych urządzeń firmy Polar znajduje się na stronie www.polar.com/support.

Korzystanie z urządzenia Polar pozwoli Ci maksymalnie wykorzystać swój trening dzięki analizom i funkcjom śledzenia efektów treningu dostępnym w serwisie internetowym Polar Flow.

Przed pierwszym treningiem konieczne jest przeprowadzenie procedury uczenia nadajników i urządzenia odbiorczego.

Numer identyfikacyjny urządzenia znajduje się z tyłu nadajnika. Każdy nadajnik posiada inny numer identyfikacyjny.

1. Obróć korby, aby włączyć nadajniki.
2. Naucz nadajniki jeden po drugim komunikacji z urządzeniem odbiorczym. Dalsze instrukcje znajdują się w podręczniku użytkownika urządzenia odbiorczego.

Nadajniki uruchamiają się automatycznie po obrocie korb. Jeżeli urządzenie odbiorcze nie zostanie znalezione po 90 sekundach, nadajniki przechodzą w tryb spoczynku.