



Configuration de votre Polar M600

La montre de sport Polar M600 est compatible avec les smartphones sous Android™ 4.3+ ou iOS™ 8.2+. Visitez g.co/WearCheck sur votre téléphone pour voir s'il est compatible avec Android Wear™. Suivez ces **trois étapes de configuration** pour commencer à utiliser votre nouvelle montre de sport optimisée. Maintenez votre M600 et le téléphone proches l'un de l'autre lors de la configuration. Veuillez noter que la première fois la configuration peut prendre quelques minutes.

1 Comment vous préparer

1. **Mettez en charge** votre M600 et laissez-le se charger pendant la configuration.
2. **Allumez** votre M600 en maintenant le bouton d'alimentation latéral enfoncé jusqu'à ce que le logo Polar apparaisse. Le démarrage initial du système d'exploitation prend ensuite quelques minutes.
3. Balayez l'écran vers la gauche pour commencer, puis choisissez votre **langue**. Si vous n'avez pas choisi la bonne langue, réinitialisez votre M600 en maintenant le bouton d'alimentation latéral enfoncé jusqu'à ce que le logo Polar réapparaisse.
4. Assurez-vous que votre smartphone est connecté à **Internet** et activez **Bluetooth**.

2 Appariement de votre téléphone avec votre M600



Vous devez installer l'**application Android Wear** sur votre téléphone pour connecter votre smartwatch et votre téléphone.

1. Installez l'application Android Wear sur votre smartphone depuis Google Play™ ou l'App Store.
2. Ouvrez l'application Android Wear sur votre téléphone.
3. Sur votre M600, balayez l'écran vers la gauche pour afficher son **code de montre**, puis saisissez le même code sur votre téléphone.
4. Assurez-vous que le **code d'association** sur votre M600 correspond au code d'association sur votre téléphone, puis appuyez sur Associer ou OK. Vous verrez un message de confirmation s'afficher sur votre M600 une fois l'appariement terminé. La synchronisation et la mise à jour initiales peuvent être longues.
5. Suivez les instructions à l'écran sur votre téléphone pour activer les **notifications de montre**.

3 Activation de l'application Polar sur votre M600



Pour que les fonctions de suivi d'activité et d'entraînement de Polar fonctionnent sur votre M600, vous devez activer l'**application Polar** sur votre smartwatch en installant l'**application Polar Flow** sur votre téléphone.

1. Installez l'application Polar Flow sur votre smartphone depuis Google Play ou l'App Store. Si l'application Polar Flow est déjà installée sur votre téléphone, assurez-vous qu'il s'agit de la dernière version.
2. Ouvrez l'application Polar Flow sur votre téléphone.
 **Utilisateurs d'iOS :** Pour procéder, vous devez ouvrir l'application Polar sur votre M600 en appuyant sur le bouton avant. Tapez ensuite sur **Démarrer** sur votre téléphone.
3. Indiquez si vous portez le M600 **au poignet gauche ou droit**, puis tapez sur **Continuer**. Utilisateurs d'iOS : tapez sur **Enregistrer et synchroniser**.
4. **Connectez-vous** à votre compte Polar ou créez-en un nouveau.
5. Une fois l'application Polar correctement activée sur votre M600, le texte "Configuration terminée" apparaît.

Vous êtes fin prêt, amusez-vous bien !

Vous entraîner avec votre M600



- Pour obtenir des relevés de fréquence cardiaque précis lors de l'entraînement, vous devez attacher le bracelet fermement en haut de votre poignet, **juste derrière l'os**. Le capteur doit être en contact avec la peau, mais le bracelet ne doit pas être trop serré.
- Pour démarrer l'entraînement, ouvrez l'application Polar en appuyant sur le bouton avant, choisissez **Entraîn**, puis balayez l'écran pour accéder au sport souhaité.
- Le Polar M600 assure le suivi de votre activité et de votre sommeil même quand vous ne vous entraînez pas.

Après l'entraînement

- Une fois l'entraînement terminé, desserrez le bracelet et portez-le comme une montre normale.
- Entretenez votre M600 en détachant le bracelet du dispositif et en rinçant les deux sous l'eau courante après chaque séance d'entraînement.
- Ne rechargez pas le M600 s'il est humide ou maculé de sueur.
- Le M600 synchronise automatiquement vos données d'entraînement vers l'**application Polar Flow**, où vous pouvez consulter d'un coup d'œil les données relatives à votre activité, votre entraînement et votre sommeil. Pour une analyse plus détaillée de l'entraînement, accédez à flow.polar.com.

En savoir plus sur votre M600

- Découvrez-en plus sur votre Polar M600 sur support.polar.com/fr/M600.
- Consultez aussi la documentation d'aide Android Wear à l'url support.google.com/androidwear.

Caractéristiques techniques

M600

TYPE DE BATTERIE
CARDIOFRÉQUENCEMÈTRE
TEMPÉRATURE DE FONCTIONNEMENT
ÉTANCHÉITÉ
MATÉRIAUX DU BRACELET

BATTERIE 500 MAH LI-POL
OPTIQUE INTERNE
-10 °C À +50 °C
ADAPTÉ POUR LA NATATION (IPX8 10M)
SILICONE
POLYCARBONATE
ACIER INOXYDABLE
VERRE CORNING® GORILLA® GLASS 3
POLYCARBONATE/ACRYLONITRILE BUTADIÈNE STYRÈNE+30 % DE
FIBRE DE VERRE
ACIER INOXYDABLE
POLYMÉTHACRYLATE DE MÉTHYLE
POLYAMIDE

MATÉRIAUX DU DISPOSITIF

Restez en contact avec Polar

 /polarglobal

ANDROID WEAR, GOOGLE PLAY ET LES AUTRES MARQUES SONT DES MARQUES DE COMMERCE DE GOOGLE INC.

APP STORE EST UNE MARQUE DE SERVICE DE APPLE INC.

CORNING ET GORILLA SONT DES MARQUES DÉPOSÉES DE CORNING INCORPORATED.

IOS EST UNE MARQUE DE COMMERCE OU UNE MARQUE DÉPOSÉE DE CISCO AUX ÉTATS-UNIS ET DANS D'AUTRES PAYS ET EST UTILISÉE SOUS LICENCE.

FABRIQUÉ PAR

POLAR ELECTRO OY
PROFFESSORINTIE 5
FI-90440 KEMPELE
TÉL +358 8 5202 100
FAX +358 8 5202 300
WWW.POLAR.COM

17960221.01 FRA 7/2016

POWERED BY



COMPATIBLE AVEC



POLAR®

M600

POWERED BY ANDROID WEAR™

Guide de démarrage

Français