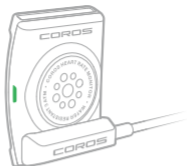




# COROS HEART RATE MONITOR

## Quick Start Guide



1

### Set-up

Connect your COROS Heart Rate Monitor to the charging cable and wait for the LED light to turn on before pairing.

### 首次激活

连接充电进行首次激活开机, 指示灯亮起表示激活成功。

### Konfiguration

Schließe dein COROS HR-Gerät mit an das Ladekabel an und warte vor dem Verknüpfen bis die LED-Leuchte an ist.

### Installation

Branche ton capteur COROS au câble de chargement et attends que le voyant lumineux s'allume avant de l'appairer.

### Configuración

Conecte su pulsómetro COROS al cable de carga. Espere a que se encienda la luz LED antes de conectarse a la App COROS o a otros dispositivos Bluetooth.

### 初期設定

COROS心拍センサーを充電ケーブルに接続します。ステータスランプが点滅すると、アプリや他のデバイスに接続することができます。

### 초기설정

COROS 심박 센서를 충전 케이블에 연결하고 페어링하기 전에 LED 표시등이 켜질 때까지 기다립니다.

2

### **Wear and power on**

Wear the band with the charging indicator light facing up. The LED will flash when a device is paired.

### **佩戴自动开机**

建议佩戴在上臂外侧，调整松紧使其紧贴皮肤，指示灯亮起表示已开机。

### **Tragen und einschalten**

Trage das Band mit der Ladeanzeige nach oben; die LED wird blinken, wenn ein Gerät verknüpft ist.

### **Le porter et l'allumer**

Porte le brassard avec le témoin de charge tourné vers le haut, le témoin clignote lorsqu'un appareil est apparié.

### **Póngaselo y enciéndalo**

Ajuste la banda para asegurarse de que el pulsómetro está lo suficientemente apretado como parano moverse.

### **装着で自動的にオン**

ステータスランプが見えるように上向きにしっかり固定するよう装着します。心拍センサーが起動すると、ランプが点滅します。

### **착용 및 전원켜기**

충전 표시등이 위를 향하도록 밴드를 착용하세요. 기기가 페어링되면 LED가 깜박입니다.





## 3.1

### Connect with the COROS app

Place the device on your arm to begin bluetooth pairing, then select the "scan" icon on the Profile page of the COROS app using the QR code included on the packaging insert.

#### 使用COROS APP扫码连接

开启手机蓝牙, 下载并打开 COROS APP 点击“我”>“扫码”扫描上方二维码连接心率臂带, 完成连接后, 可在APP中查看软件更新。

### Verbinden mit der COROS App

Lege das COROS HR-Gerät auf deinen Arm, um die Bluetooth-Kopplung zu starten, und wähle dann das "Scan"-Symbol auf der Profelseite der COROS-App mithilfe des QR-Codes aus, der im Beipackzettel der Verpackung enthalten ist.

### Synchroniser à l'application COROS

Place le capteur COROS sur ton bras pour commencer l'appairage bluetooth, puis sélectionne l'icône "scanner" sur la page Profil de l'app COROS à l'aide du QR code inclus sur la notice.

### Conectar con la app COROS

Póngase el pulsómetro COROS en su brazo para iniciar el emparejamiento Bluetooth, escanee el código QR incluido en el prospecto desde la página Perfil de la App COROS.

### COROSアプリと接続

Bluetoothをオンにし、COROSアプリを開いてください。プロフィールページ右上の「スキャン」のアイコンをタップしてパッケージに同梱されているQRコードをスキャンして接続します。

### COROS 앱과 연결하기

COROS 심박 센서를 팔에 착용하여 블루투스 페어링을 시작한 다음, COROS 앱의 프로필 페이지에서 '스캔' 아이콘을 선택하여 패키지 삽입물에 포함된 QR 코드를 스캔합니다.



## 3.2

### Connect directly with your COROS watch

- On your watch, select "Settings" > "Accessories" > "Add Bluetooth" to connect your COROS HRM.
- When the HRM icon on the watch turns solid green, you're ready to start an activity.

### 使用 COROS 手表连接

- 进入手表“设置”>“配件”>“添加蓝牙配件”选择连接心率臂带；
- 手表开启运动模式，等待图标常显绿色，点击“开始”记录数据。

### Verbinden direkt mit deiner COROS Uhr

- Geh in die "Einstellungen" > "Zubehör" > "Bluetooth hinzufügen" deiner COROS Uhr, um dein HR-Gerät zu verbinden.
- Sobald das HR-Symbol auf der Uhr grün leuchtet, kannst du eine Aktivität starten.

### Synchroniser directement à ta montre COROS

- Sur ta montre, sélectionne "Système" > "Accessoires" > "Ajout. Bluetooth" pour connecter ton capteur de fréquence cardiaque COROS.
- Lorsque l'icône du capteur de FC sur la montre devient vert et fixe, tu es prêt à commencer une activité.

### Conectar directamente con su reloj COROS

- En su reloj COROS, vaya a "Ajustes" > "Accesorios".
- Seleccione "Añadir Bluetooth" para iniciar la búsqueda de dispositivos disponibles.
- Seleccione su pulsómetro COROS en la lista de resultados para completar la conexión.

### COROSウォッチと接続

- COROSウォッチの「設定→アクセサリ→Bluetooth」を選択してください。
- アクティビティ開始前、心拍センサーのアイコンがグリーンになるまでお待ちしてください。

### COROS 시계와 직접 연결하기

- 시계에서 "설정" > "액세서리" > "블루투스 추가"를 선택하여 COROS 심박 센서를 연결합니다.
- 시계의 심박 센서 아이콘이 녹색으로 바뀌면 활동을 시작할 준비가 된 것입니다.

## 3.3

### **Connect with third party apps or devices**

You can connect your COROS Heart Rate Monitor to any device using standard BLE protocols.

#### **使用第三方APP或设备连接**

COROS心率臂带支持与使用标准蓝牙心率带协议的APP或设备进行连接，具体请向该第三方咨询。

### **Verbinden mit Drittanbieterapps und -geräten**

Du kannst deinen COROS HR-Monitor mit jedem beliebigem Gerät verbinden, das das Standard BLE Protokoll nutzt.

### **Synchroniser à des applications ou des appareils tiers**

Tu peux connecter ton capteur de fréquence cardiaque COROS à n'importe quel appareil utilisant les protocoles BLE standard.

### **Conectar con aplicaciones o dispositivos de terceros**

El pulsómetro COROS puede conectarse a cualquier app o dispositivo que utilice protocolos Bluetooth estándar de Frecuencia Cardíaca; por favor, consulte con el tercero la información de conectividad.

### **その他のアプリやデバイスとの接続**

COROS心拍センサーは、標準のBluetooth対応の他のアプリやデバイスと接続可能です。

### **타사 앱 또는 장치와 연결하기**

표준 BLE 프로토콜을 사용하는 모든 장치에 COROS 심박 센서를 연결할 수 있습니다.

## 4



### Charge your COROS Heart Rate Monitor

- Connect your COROS Heart Rate Monitor to the charging cable. The device's light flashes and turns solid green when fully charged.
- Green LED = 5% or more battery. Orange LED = less than 5% battery, please charge soon.

### 充电和查看电量

- 使用磁吸线充电, 充电时指示灯闪烁, 充满后常亮绿色;
- 连接使用时, 指示灯闪烁绿色表示电量充足; 橙色表示电量低于5%, 请及时充电。

### Lade dein COROS Herzfrequenzmessgerät

- SchlieÙe dein COROS HR-Messgerät ans Ladekabel an. Die Anzeige blinkt und leuchtet bei voller Ladung durchgehend grün.
- Grüne LED = Akkustand 5% oder mehr. Orange LED = Akkustand weniger als 5%, bitte zeitnah laden.

### Charge ton cardiofréquence mètre COROS

- Branche ton capteur COROS au câble de chargement. Le voyant de l'appareil clignote et devient vert et fixe lorsqu'il est complètement chargé.
- Voyant vert = 5 % ou plus de batterie. Voyant orange = moins de 5 % de batterie, recharger rapidement.

### Cargue su pulsómetro COROS

- Conecte su pulsómetro al cable. La luz parpadea durante la carga y en verde al finalizar.
- LED verde = 5% o más de batería. LED naranja = menos del 5% de batería, por favor, cargue pronto.

### 充電およびバッテリー残量の確認

- 心拍センサー専用充電コードでチャージし、完全に充電されるとランプが点滅からグリーンに点灯します。
- 心拍センサーのランプがグリーンに点滅している場合はバッテリー残量が5%以上、オレンジに点滅した場合は残量5%以下となり充電が必要です。

### COROS 심박 센서 충전하기

- COROS 심박 센서를 충전 케이블에 연결합니다. 장치의 표시등이 깜박이다가 완전히 충전되면 녹색으로 고정됩니다.
- 녹색 LED = 배터리 5% 이상. 주황색 LED = 배터리 5% 미만, 곧 충전하세요.



Scan to visit COROS Help Center

扫码查看更多帮助内容

掃碼查看更多幫助內容

Scanne den QR-Code, um das COROS Help Center zu besuchen

Scanner pour visiter le Help Center COROS

Scansiona per visitare il Centro assistenza COROS

Escanear para visitar el Centro de Ayuda de COROS

QRコードを読み取ると、COROS ヘルプセンターにアクセスできます


ແສນເພື່ອເຂົ້າສູ່ບ່ອນຊ່ວຍເຫຼືອ COROS

Escaneie para visitar a Central de Suporte COROS

스캔하여 COROS 헬프센터 방문

Отсканируйте, чтобы попасть в Центр Помощи COROS

Quét để truy cập Trung tâm trợ giúp COROS

订单料号	-	颜色	PT 7547 C + PT Red 032 C + PT Cool Gray 6 C	设计	邓磊	
产品名称	COROS 快速操作指南	材质	名仕丝光超雪SS150	审核	LJ	
产品型号	HR31	工艺	正反面专色印刷 (3折4页)	版本	B	
产品规格	360x90 mm (R=6mm)	备注	红色线为刀线, 虚线为折痕线	日期	2022.05.30	

### 1

**Set-up**  
Connect your COROS Heart Rate Monitor to the charging cable and wait for the LED light to turn on before pairing.

**首次激活**  
连接充电进行首次激活开机, 指示灯亮起表示激活成功。

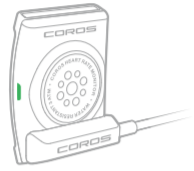
**Konfiguration**  
Schließen Sie dein COROS HR-Gerät mit an das Ladekabel an und warte vor dem Verknüpfen bis die LED-Leuchte an ist.

**Installation**  
Branche ton capteur COROS au câble de chargement et attends que le voyant lumineux s'allume avant de l'appairer.

**Configuración**  
Conecte su pulsómetro COROS al cable de carga. Espere a que se encienda la luz LED antes de conectarse a la App COROS o a otros dispositivos Bluetooth.

**初期設定**  
COROS心拍センサーを充電ケーブルに接続します。ステータスランプが点滅すると、アプリや他のデバイスに接続することができます。

**초기설정**  
COROS 심박 센서를 충전 케이블에 연결하고 페어링하기 전에 LED 표시등이 켜질 때까지 기다립니다.



### 2

**Wear and power on**  
Wear the band with the charging indicator light facing up. The LED will flash when a device is paired.

**佩戴自动开机**  
建议佩戴在上臂外侧, 调整松紧使其紧贴皮肤, 指示灯亮起表示已开机。

**Tragen und einschalten**  
Trage das Band mit der Ladeanzeige nach oben; die LED wird blinken, wenn ein Gerät verknüpft ist.

**Le porter et l'allumer**  
Porte le brassard avec le témoin de charge tourné vers le haut, le témoin clignote lorsqu'un appareil est apparié.

**Póngaselo y enciéndalo**  
Ajuste la banda para asegurarse de que el pulsómetro está lo suficientemente apretado como para no moverse.

**装着で自動的にオン**  
ステータスランプが見えるように上向きにしっかり固定するよう装着します。心拍センサーが起動すると、ランプが点滅します。

**착용 및 전원켜기**  
충전 표시등이 위를 향하도록 밴드를 착용하세요. 기기가 페어링되면 LED가 깜박입니다.



### 3.1

**Connect with the COROS app**  
Place the device on your arm to begin bluetooth pairing, then select the "scan" icon on the Profile page of the COROS app using the QR code included on the packaging insert.

**使用COROS APP扫码连接**  
开启手机蓝牙, 下载并打开 COROS APP 点击“我”>“扫码”扫描上方二维码连接心率臂带, 完成连接后, 可在APP中查看软件更新。

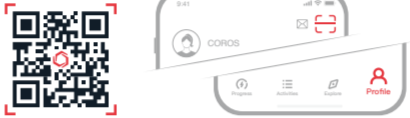
**Verbinden mit der COROS App**  
Leg das COROS HR-Gerät auf deinen Arm, um die Bluetooth-Kopplung zu starten, und wähle dann das "Scan"-Symbol auf der Profiseite der COROS-App mithilfe des QR-Codes aus, der im Beispackzettel der Verpackung enthalten ist.

**Synchroniser à l'application COROS**  
Place le capteur COROS sur ton bras pour commencer l'appairage bluetooth, puis sélectionne l'icône "scanner" sur la page Profil de l'app COROS à l'aide du QR code inclus sur la notice.

**Conectar con la app COROS**  
Póngase el pulsómetro COROS en su brazo para iniciar el emparejamiento Bluetooth, escanee el código QR incluido en el prospecto desde la página Perfil de la App COROS.

**COROSアプリと接続**  
Bluetoothをオンにし、COROSアプリを開いてください。プロフィールページ右上の「スキャン」のアイコンをタップしてパッケージに同梱されているQRコードをスキャンして接続します。

**COROS 앱과 연결하기**  
COROS 심박 센서를 팔에 착용하여 블루투스 페어링을 시작한 다음, COROS 앱의 프로필 페이지에서 "스캔" 아이콘을 선택하여 패키지 삽입물에 포함된 QR 코드를 스캔합니다.



### 3.2

**Connect directly with your COROS watch**  
\* On your watch, select "Settings" > "Accessories" > "Add Bluetooth" to connect your COROS HRM.  
\* When the HRM icon on the watch turns solid green, you're ready to start an activity.

**使用COROS 手表连接**  
\* 进入手表“设置”>“配件”>“添加蓝牙配件”选择连接心率臂带;  
\* 手表开启运动模式, 等待图标常显绿色, 点击“开始”记录数据。

**Verbinden direkt mit deiner COROS Uhr**  
\* Geh in die "Einstellungen" > "Zubehör" > "Bluetooth hinzufügen" deiner COROS Uhr, um dein HRM-Gerät zu verbinden.  
\* Sobald das HR-Symbol auf der Uhr grün leuchtet, kannst du eine Aktivität starten.

**Synchroniser directement à ta montre COROS**  
\* Sur ta montre, sélectionne "Système" > "Accessoires" > "Ajout. Bluetooth" pour connecter ton capteur de fréquence cardiaque COROS.  
\* Lorsque l'icône du capteur de FC sur la montre devient vert et fixe, tu es prêt à commencer une activité.

**Conectar directamente con su reloj COROS**  
\* En su reloj COROS, vaya a "Ajustes" > "Accesorios".  
\* Seleccione "Añadir Bluetooth" para iniciar la búsqueda de dispositivos disponibles.  
\* Seleccione su pulsómetro COROS en la lista de resultados para completar la conexión.

**COROSウォッチと接続**  
\* COROSウォッチの「設定→アクセサリ→Bluetooth」を選択してください。  
\* アクティビティ開始前、心拍センサーのアイコンがグリーンになるまでお待ちください。

**COROS 시계와 직접 연결하기**  
\* 시계에서 "설정" > "액세서리" > "블루투스 추가"를 선택하여 COROS 심박 센서를 연결합니다.  
\* 시계의 심박 센서 아이콘이 녹색으로 바뀌면 활동을 시작할 준비가 된 것입니다.



### 3.3

**Connect with third party apps or devices**  
You can connect your COROS Heart Rate Monitor to any device using standard BLE protocols.

**使用第三方APP或设备连接**  
COROS心率臂带支持与使用标准蓝牙心率带协议的APP或设备进行连接, 具体请向该第三方咨询。

**Verbinden mit Drittanbieterapps und -geräten**  
Du kannst deinen COROS HR-Monitor mit jedem beliebigem Gerät verbinden, das das Standard BLE Protokoll nutzt.

**Synchroniser à des applications ou des appareils tiers**  
Tu peux connecter ton capteur de fréquence cardiaque COROS à n'importe quel appareil utilisant les protocoles BLE standard.

**Conectar con aplicaciones o dispositivos de terceros**  
El pulsómetro COROS puede conectarse a cualquier app o dispositivo que utilice protocolos. Bluetooth estándar de Frecuencia Cardíaca; por favor, consulte con el tercero la información de conectividad.

**その他のアプリやデバイスとの接続**  
COROS心拍センサーは、標準のBluetooth対応の他のアプリやデバイスと接続可能です。

**타사 앱 또는 장치와 연결하기**  
표준 BLE 프로토콜을 사용하는 모든 장치에 COROS 심박 센서를 연결할 수 있습니다.

### 4

**Charge your COROS Heart Rate Monitor**  
\* Connect your COROS Heart Rate Monitor to the charging cable. The device's light flashes and turns solid green when fully charged.  
\* Green LED = 5% or more battery, Orange LED = less than 5% battery, please charge soon.

**充电和查看电量**  
\* 使用磁吸线充电, 充电时指示灯闪烁, 充满后常亮绿色;  
\* 连接使用时, 指示灯闪烁绿色表示电量充足; 橙色表示电量低于5%, 请及时充电。

**Lade dein COROS Herzfrequenzmessgerät**  
\* Schließen Sie dein COROS HR-Messgerät ans Ladekabel an. Die Anzeige blinkt und leuchtet bei voller Ladung durchgehend grün.  
\* Grüne LED = Akkustand 5% oder mehr, Orange LED = Akkustand weniger als 5%, bitte zeitnah laden.

**Charge ton cardiofréquencemètre COROS**  
\* Branche ton capteur COROS au câble de chargement. Le voyant de l'appareil clignote et devient vert et fixe lorsqu'il est complètement chargé.  
\* Voyant vert = 5 % ou plus de batterie. Voyant orange = moins de 5 % de batterie, recharger rapidement.

**Cargue su pulsómetro COROS**  
\* Conecte su pulsómetro al cable. La luz parpadea durante la carga y en verde al finalizar.  
\* LED verde = 5% o más de batería. LED naranja = menos del 5% de batería, por favor, cargue pronto.

**充電およびバッテリー残量の確認**  
\* 心拍センサー専用充電コードでチャージし、完全に充電されるとランプが点滅からグリーンに点灯します。  
\* 心拍センサーのランプがグリーンに点滅している場合はバッテリー残量が5%以上、オレンジに点滅した場合は残量5%以下となり充電が必要です。

**COROS 심박 센서 충전하기**  
\* COROS 심박 센서를 충전 케이블에 연결합니다. 장치의 표시등이 깜박이다가 완전히 충전되면 녹색으로 고정됩니다.  
\* 녹색 LED = 배터리 5% 이상, 주황색 LED = 배터리 5% 미만, 곧 충전하세요。



Scan to visit COROS Help Center

扫码查看更多帮助内容

掃碼查看更多幫助內容

Scanne den QR-Code, um das COROS Help Center zu besuchen

Scanner pour visiter le Help Center COROS

Scansiona per visitare il Centro assistenza COROS

Escaneare para visitar el Centro de Ayuda de COROS

QR 코드を読み取ると、COROS ヘルプセンターにアクセスできます

ແກ້ນຮູ້ຈັກຮ່າງຊ່ວຍເຫຼືອ ຈາກ COROS

Escaneare para visitar a Central de Suporte COROS

스캔하여 COROS 헬프센터 방문

Отсканируйте, чтобы попасть в Центр Помощи COROS

Quét để truy cập Trung tâm trợ giúp COROS



## COROS HEART RATE MONITOR Quick Start Guide

折后反面

虚线为折痕线

折后正面



注:材料需要通过SGS, ROHS环保认证。品保请按样品检验。公差:±0.1mm。