

# Download Polar Flow en Polar Beat en start vandaag nog met het meten van je hartslag!

1 Zoek de apps in Google Play of de app store



2 Download Polar Flow en Polar Beat



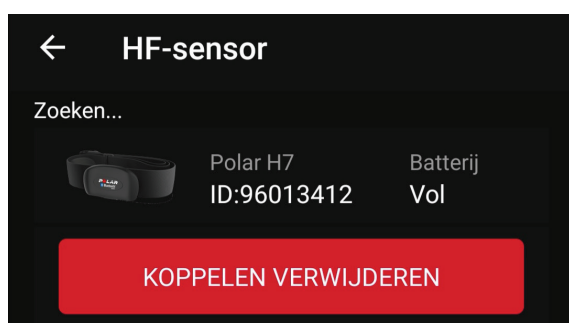
3 Open Polar Flow en maak een account. Kies voor een makkelijk te onthouden wachtwoord. Je hebt dit nodig voor de koppeling in de club.

The image shows the Polar Flow account creation screen. On the left, there is a welcome message: 'Welkom Polar Flow volgt al je trainingen en activiteiten - overal, altijd' with a red 'Aanmelden' button and a white 'Account maken' button. On the right, there is a registration form with fields for 'Voornaam\*', 'Achternaam\*', 'Locatie\*' (with a dropdown menu), and 'Plaats'. There is also a 'Motto toevoegen' section with a profile icon.

4 Open Polar Beat en meld je aan met je Polar Flow account



5 Ga naar instellingen en klik op 'HF-sensor' om je hartslagmeter te koppelen. Indien de koppeling niet lukt, doen wij het voor jou.



Onthoud je wachtwoord voor koppeling in de club