

# fitbit inspire & inspire HR

Deine Ziele zu erreichen ist einfacher als du denkst.  
Erhalte Motivation und Anleitung, um gesunde Gewohnheiten aufzubauen.



## Unkomplizierte Fitness-Tracker für jeden Tag

### FUNKTIONEN AUF INSPIRE HR

-  **HERZFREQUENZ-TRACKING RUND UM DIE UHR**  
Kontinuierliches Herzfrequenz-Tracking hilft dir dabei, maximal effektiv zu trainieren, deine Herzfrequenzbereiche und Schlafphasen zu erkennen und deine verbrannten Kalorien genauer zu erfassen.
-  **HERZFREQUENZZONEN**  
Erkenne deine Fettverbrennungs-, Cardio- und Höchstleistungs-Herzfrequenzzonen, um jede deiner Trainingseinheiten mit genau dem richtigen Aufwand zu optimieren.
-  **CARDIO-FITNESSNIVEAU**  
Checke deinen Cardio Fitnessindex in der Fitbit-App, um zu erfahren, wie fit du bist und erhalte Tipps zur Verbesserung deiner Gesundheit.
-  **SCHLAFPHASEN**  
Du kannst sehen, wie viel Zeit du in der Leichtschlaf-, Tiefschlaf- und REM-Phase verbracht hast. Individuelle Erkenntnisse helfen dir, deine Schlafqualität zu verbessern.
-  **STRETCKE & TEMPO IN ECHTZEIT**  
Verbinde Inspire HR mit dem GPS deines Handys, um dein Tempo und die Strecke in Echtzeit beim Gehen, Laufen, Wandern oder Fahrradfahren direkt am Handgelenk zu sehen.
-  **15+ ZIELBASIERTER AKTIVITÄTSMODI**  
Setz dir Ziele für Trainings wie Fahrradfahren, Laufen & Yoga (zur Wahl stehen verbrannte Kalorien, Entfernung und Zeit) und erhalte Benachrichtigungen, wenn du sie erreichst.
-  **GEFÜHRTE ATEMÜBUNGEN**  
Mit den personalisierten, geführten Atemübungen, die sich an deiner Herzfrequenz orientieren, findest du Momente der Ruhe.

### FUNKTIONEN AUF INSPIRE UND INSPIRE HR

-  **AKTIVITÄTEN DES GANZEN TAGES**  
Verfolge Schritte, Entfernung, aktive Minuten und verbrannte Kalorien und erfahre, wie jedes Detail deines Tages deine Ziele beeinflusst.
-  **SCHWIMMFEST & SCHWIMM-TRACKING**  
Trage deinen Tracker unter der Dusche, am Pool und darüber hinaus und verfolge automatisch deine Schwimmtrainings. *Wasserabweisend bis zu 50 m Tiefe*
-  **SCHLAFAUFEICHNUNG**  
Optimiere deine Erholung mit automatischer Schlafverfolgung, stillem Wecker am Handgelenk sowie Schlafenszeit-Erinnerungen und erhalte hilfreiche Tipps in der App.
-  **BIS ZU 5 TAGE AKKULAUFZEIT**  
Mit bis zu 5 Tagen Akku bleibst du Tag und Nacht motiviert. *Abhängig von Nutzung und anderen Faktoren.*
-  **GESUNDHEITS-TRACKING FÜR FRAUEN**  
Verstehe deinen Körper auf einer tieferen Ebene, indem du deinen Tracker mit der Fitbit-App benutzt und deinen Zyklus trackst, Gesundheitssymptome protokollierst und mehr.
-  **ZIFFERNBLÄTTER**  
Gestalte dein Display ganz individuell und nutze Ziffernblätter mit den wichtigsten Statistiken oder mit klaren, aufgeräumten Designs für die Arbeit.
-  **AUTOMATISCHE TRAININGSERKENNUNG**  
SmartTrack<sup>™</sup> erkennt automatisch Trainings wie Gehen, Laufen, Schwimmen, Radfahren und mehr und zeichnet dann alles für dich in der Fitbit-App auf.
-  **TRACKING DER VERBRANNTEN KALORIEN**  
Protokolliere deine Mahlzeiten in der App oder tracke deine verbrannten Kalorien auf deinem Tracker, um mit deiner Ernährung und deinem Training auf Kurs zu bleiben.
-  **TIMER & STOPPUHR**  
Sofortiger Zugriff auf Tools, die dir das Leben erleichtern – wie ein Timer für das Kochen von gesunden Mahlzeiten und eine Stoppuhr für das Tracken von Sets im Fitnessstudio.
-  **BENACHRICHTIGUNGEN**  
Bleibe unterwegs mit Updates von Social-Media-Apps sowie Anruf-, Kalender- und SMS-Benachrichtigungen auf dem Laufenden. *Dein Smartphone muss sich in der Nähe befinden.*
-  **BEWEGUNGSERINNERUNGEN**  
Erhalte freundliche Bewegungserinnerungen, die dich motivieren, 250 Schritten pro Stunde zu machen.
-  **INTUITIV ZU BEDIENENDES TOUCHSCREEN-DISPLAY**  
Wische einfach horizontal oder vertikal über das OLED-Display mit Hintergrundbeleuchtung und greife direkt vom Display aus auf dein Dashboard zu, um Schritte, Schlaf und vieles mehr zu verfolgen.

# Motivation an deinem Handgelenk



## VERBUNDEN MIT DEINER WELT

Sei immer auf dem Laufenden mit Benachrichtigungen deiner bevorzugten Smartphone-Apps, einschließlich Anruf-, Kalender- und SMS-Benachrichtigungen. *Dein Smartphone muss sich in der Nähe befinden.*



## EINFACH ZU BEDIENEN

Vereinfache deinen Weg zu mehr Fitness mit einem hintergrundbeleuchteten Display und dem Dashboard direkt auf dem Display, mit dem du deine Aktivitäten, deinen Schlaf und mehr direkt am Handgelenk verfolgen kannst.



## GEMACHT, UM DICH ZU FEIERN

Ein Hoch auf das Zielfeiern! Während du hart arbeitest, um Schritt für Schritt deine Ziele zu erreichen, feuern dich diese Tracker bei jedem geschafften Meilenstein an.

## Zwei Tracker. Ganz viele Möglichkeiten.

### Inspire

Schwarz  
Sangria



### Inspire HR

♥ Mit Herzfrequenz-Tracking

Schwarz  
Weiß/Schwarz  
Zartlila



## Zubehör

Separat erhältlich.



**Print**  
Deko, Blüten



**Classic**  
Schwarz, Sangria, Zartlila, Weiß



**Metallgeflecht-Armband in Edelstahl**  
Roségold



**Clips** Nur für Inspire  
Schwarz, Zartrosa



**Premium Horween® Leder**  
Wickelarmband Schwarz