

FITNESS NÁRAMKY

AUTOR: DOMINIK HUSÁR



FITNESS NÁRAMKY

- **nadváha, nízka kondícia**
- **zaznamenávajú mieru pohybu**
- **povzbudzujú k väčšej miere krokov a pohybu**



ZÁKLADNÉ RYSY

- **Prispôsobenie ľudskému telu** – komfortné nosenie, hmotnosť, dizajn, materiál.
- **Prispôsobenie noseniu** – odolnosť otrasom/pádom, vodeodolnosť, znášanie vonkajších podmienok (teplotné výkyvy, vlhkosť).
- **Životnosť batérie** – nie je nutné zariadenie zapínať-vypínať.
- **Multi-tasking** – nepotrebná ontrola/správa, funguje bez dohľadu.



POROVNANIE ZNAČIEK

Garmin
vivofit 3



2690,-

Polar Loop



2427,-

Xiaomi Mi Band



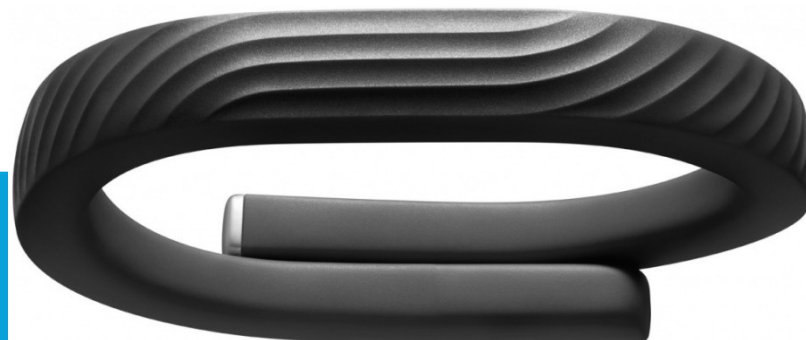
822,-

Fitbit Charge
2 S



4299,-

Jawbone UP24



600,-

GARMIN VIVOFIT

- fungujú i bez snímača tepu
- ukazujú: čas, vzdialenosť, počet krokov, kalórie, tep
- automaticky detekujú PA, upozorňujú na dosiahnutie cieľa, dlhšia doba neaktivity
- namerané hodnoty ukladané do pamäti náramku, možnosť prenesenia do PC/smartphonu
- nastaví denný cieľ
- na neaktivitu graficky i zvukovo upozorní
- v plnohodnotnom režime vydrží bez nabitia 1 rok
- po prepnutí do nočného režimu zaznamená kvalitu vášho spánku



POUŽITÁ LITERATÚRA

- Hrubošová, N. (2015). *Využití akcelerometrických měření pro monitoring*. Brno: MUNI-FSpS.
- Špunar, L. (2016). *Možnosti využití akcelerometrických měření na úrovni fitnesscentra*. Brno: MUNI-FSpS.
- *GARMIN*. Cit. 5. november 2016. Dostupné na Internetu: www.garmin.cz

ĎAKUJEM ZA POZORNOST

