



# **Apple Watch Ultra 3 - Caractéristiques techniques**

Année de commercialisation : 2025

## **Matériaux et finition**

Boîtier en titane, Grade 5

Naturel

Noir

## **Dimensions et poids**

Hauteur : 49 mm

Largeur : 44 mm

Épaisseur : 12 mm

422 x 514 pixels

Surface d'affichage de 1 245 mm<sup>2</sup>

Poids (naturel) : 61,6 g

Poids (noir) : 61,8 g

Adapté aux tours de poignet de 130 à 210 mm

## **Matériel et boutons**

Micro

Haut-parleur

Bouton Action personnalisable

Sirène/haut-parleur

Antennes (GPS, cellulaire, satellite)

Bouton latéral

Digital Crown

Profondimètre/capteur de température de l'eau/altimètre

## **Commandes**

Bouton Action personnalisable  
Digital Crown avec retour haptique  
Bouton latéral  
Gestes Toucher deux fois et Tourner le poignet  
Siri avec traitement sur l'appareil

## Puce

Puce S10 avec processeur bicoeur 64 bits  
Neural Engine 4 cœurs  
Capacité de 64 Go

## Capteurs

Capteur électrique de fréquence cardiaque  
Capteur optique de fréquence cardiaque de 3<sup>e</sup> génération  
Capteur de taux d'oxygène dans le sang<sub>1</sub>  
Capteur de température<sub>2</sub>  
Profondimètre  
Capteur de température de l'eau  
Boussole  
Altimètre toujours activé  
Accéléromètre force g élevée  
Gyroscope à gamme dynamique élevée  
Capteur de luminosité ambiante

## Santé et bien-être

App Oxygène sanguin<sub>1</sub>  
App ECG<sub>3</sub>  
App Suivi de cycle avec estimations d'ovulation rétrospectives<sub>4</sub>  
App Fréquence cardiaque

Notifications de fréquence cardiaque élevée ou faible  
Notifications d'arythmie<sup>5</sup>  
App Traitements  
App Pleine conscience avec suivi de l'état d'esprit  
App Bruit  
App Sommeil avec phases de sommeil  
Score de sommeil  
Notifications d'apnée du sommeil<sup>6</sup>  
Notifications d'hypertension<sup>7</sup>

## Écran

Écran Retina toujours activé avec OLED grand angle et LTPO3  
Rafraîchissement de 1 Hz  
Surface active (422 x 514 pixels, 326 pixels par pouce)  
Écran plat en verre saphir  
Luminosité maximale jusqu'à 3 000 nits  
Luminosité minimale de 1 nit  
Mode Nuit sur cadrants Apple Watch Ultra (Modulaire ultra, Orientation et Point de repère)

## Audio

Ensemble de trois micros avec beamforming et réduction du bruit du vent  
Deux haut-parleurs  
Lecture multimédia  
Sirène

## Alimentation et autonomie

Autonomie de plusieurs jours, jusqu'à 42 heures en utilisation normale<sup>8</sup>

Jusqu'à 72 heures en mode économie d'énergie<sup>8</sup>  
Batterie lithium-ion rechargeable intégrée  
Capacité de charge rapide<sup>9</sup>  
Jusqu'à 80 % de charge en 45 minutes environ<sup>9</sup>  
15 minutes pour un maximum de 12 heures en utilisation normale<sup>10</sup>  
5 minutes pour un maximum de 8 heures de suivi du sommeil<sup>10</sup>

[En savoir plus sur Alimentation et autonomie](#)

## Système d'exploitation

watchOS

watchOS est le système d'exploitation portable le plus avancé au monde, avec des apps et des fonctionnalités conçues pour vous aider à rester en forme, prendre soin de vous, veiller sur votre sécurité et garder le contact.

## Exercices et activité

Course à pied  
Exercices personnalisés  
Vues des exercices personnalisables  
Charge d'entraînement/Suivi d'effort de l'exercice  
Zones de fréquence cardiaque (personnalisables)  
Fréquence cardiaque après exercice  
VO<sub>2</sub> max  
Course avec itinéraire  
Rythme  
Début précis à l'aide du bouton Action

Longueur de foulée, Temps de contact au sol, Cadence, Puissance, Oscillation verticale

Détection automatique de piste

Séance multisport

Randonnée

Boussole avec azimut, inclinaison, altitude et coordonnées

Points de repère personnalisés

Points de repère générés automatiquement pour la connectivité cellulaire

Données GPS du point de départ

Plans hors ligne avec création d'itinéraires personnalisés

Alertes d'altitude

Cartes topographiques de milliers de parcs nationaux et régionaux (États-Unis uniquement)

Plusieurs centaines de randonnées dans les 63 parcs nationaux des États-Unis

Sirène

Cyclisme

Exercices personnalisés

Vues des exercices personnalisables

Charge d'entraînement/Suivi d'effort de l'exercice

Vitesse moyenne, dénivelé positif et distance

Compatible avec les capteurs de puissance Bluetooth

Seuil fonctionnel de puissance (avec connexion à un capteur de puissance)

Activité en direct sur iPhone

Zones de fréquence cardiaque (personnalisables)

Cadence (tr/min), vitesse (km/h), puissance (watts), zones de puissance (avec connexion à un capteur de puissance)

Fréquence cardiaque après exercice

Natation

Exercices personnalisés (nage en piscine) avec vibrations indiquant le prochain intervalle

Vues des exercices personnalisables (nage en piscine, nage en eau libre)

Relevés intermédiaires et séries automatiques

Score SWOLF

Détection automatique du type de nage et du nombre de longueurs (y compris planches de natation)

Température de l'eau

Rythme moyen, distance totale, fréquence cardiaque et longueurs  
Plongée  
Plongée loisir jusqu'à 40 m  
App Ordinateur de plongée (disponible sur l'App Store)<sup>11</sup>  
Lancement automatique à 1 m de profondeur  
Profondeur actuelle et profondeur maximale, durée  
Coordonnées GPS des points d'entrée et de sortie  
Profondimètre  
Capteur de température de l'eau

## Plus d'exercices

Ski  
Snowboard  
Rameur en plein air  
Sports de rame  
Golf  
Marche  
Elliptique  
Rameur  
Stepper  
Fractionné (HIIT)  
Yoga  
Renforcement fonctionnel  
Danse  
Récupération  
Gainage  
Pilates  
Tai chi  
Fauteuil  
Kickboxing  
Multisport  
et autre

## **Sécurité**

Connectivité par satellite (Appel d'urgence, Localiser)<sup>12</sup>  
Appel d'urgence<sup>13</sup>  
Appel d'urgence international<sup>14</sup>  
Sirène  
Lampe torche  
Détection des accidents<sup>13</sup>  
Détection des chutes  
Point de repère « Dernier appel d'urgence »  
Surveillance du bruit  
Point de départ

## **Durabilité**

Résistance à l'eau jusqu'à 100 m (nage, snorkeling, plongée, sports nautiques à grande vitesse) selon la norme ISO 22810:2010<sup>15</sup>  
Résistance à la poussière (IP6X) selon la norme IEC 60529<sup>16</sup>  
Conforme à la norme EN 13319 pour la plongée loisir à une profondeur de 40 m maximum (précision de  $\pm 1$  m)  
Testée selon la norme MIL-STD 810H dans les sous-catégories suivantes : altitude, haute température, basse température, choc thermique, immersion, gel/dégel, glace et pluie verglaçante, choc et vibrations

## **Connectivité**

GPS double fréquence haute précision L1 et L5 (GPS, GLONASS, Galileo, QZSS et BeiDou)  
5G<sup>17</sup> et LTE<sup>18</sup>  
Wi-Fi 4 (802.11n)  
Prise en charge des réseaux Wi-Fi 2,4 GHz et 5 GHz  
Bluetooth 5.3

Puce Ultra Wideband 2<sup>e</sup> génération<sup>19</sup>  
NFC : Apple Pay<sup>20</sup>, GymKit  
Compatible avec Apple Watch pour vos enfants<sup>21</sup>

## Accessibilité

Fonctionnalités d'accessibilité intégrées répondant à des besoins spécifiques en matière de vision, de mobilité, d'audition et de cognition.

[En savoir plus sur Accessibilité](#)

Fonctionnalités incluses :

VoiceOver  
Zoom  
Boutons avec I/O  
Réduire la transparence  
Augmenter le contraste  
Filtres de couleur  
Taille du texte  
Texte en gras  
Réduire les animations  
Carillon toutes les heures  
AssistiveTouch  
Vitesse d'appui sur le bouton  
Adaptation aux pressions  
Répondre automatiquement  
Écrire à Siri  
Prise en charge RTT  
Balance du volume audio

Transcription audio  
Parole en direct  
Raccourci Accessibilité  
Audio mono  
Heure tactile  
Voix personnelle  
Écoute en temps réel

## Conditions ambiantes

Température d'utilisation au poignet : de -20 à 55 °C  
Température d'utilisation : de 0 à 35 °C  
Température de rangement : de -20 à 45 °C  
Température d'utilisation pour la plongée : de 0 à 40 °C  
Humidité relative : de 5 à 90 % sans condensation  
Altitude maximale d'utilisation : de -500 à 9 000 m

## L'Apple Watch et l'environnement

L'Apple Watch Ultra 3 a été conçue de manière à réduire son impact sur l'environnement<sup>22</sup> :

[Consulter le Rapport sur l'impact environnemental de l'Apple Watch Ultra 3 \(PDF\)](#)

Progression vers l'objectif Apple 2030

Apple 2030 représente notre engagement visant à atteindre la neutralité carbone sur l'ensemble de notre empreinte. Notre stratégie de décarbonation des produits se concentre sur différents aspects : la

transition vers de l'électricité bas carbone, la fabrication à base de matériaux recyclés et bas carbone, et le choix prioritaire de modes de transport à plus faible empreinte carbone pour nos produits, comme le fret maritime.

[En savoir plus sur l'engagement d'Apple](#)

## Matériaux

L'Apple Watch Ultra 3 est composée à 40 % de contenus recyclés<sup>23</sup>, dont :

Titane 100 % recyclé dans le boîtier

Cobalt 100 % recyclé et lithium recyclé à 95 % dans la batterie

Terres rares 100 % recyclées dans tous les aimants

Or 100 % recyclé dans le placage et étain 100 % recyclé dans la soudure de tous les circuits imprimés conçus par Apple

Tungstène 100 % recyclé dans le Taptic Engine

Acier 80 % recyclé dans le haut-parleur et le Taptic Engine

## Énergie

100 % de l'électricité utilisée pour la fabrication de l'Apple Watch Ultra 3 provient de sources d'énergie renouvelable<sup>24</sup>

100 % de la consommation attendue d'énergie par notre clientèle est compensée par de l'électricité bas carbone

Conforme aux normes d'efficacité énergétique de la California Energy Commission pour les systèmes de chargeurs de batterie<sup>25</sup>

## Emballage

Emballage constitué de 100 % de fibres<sup>26</sup>

## Déchets

Aucun site d'assemblage final de nos fournisseurs ne génère de déchets envoyés en décharge dans le cadre du programme Zero Waste d'Apple<sup>27</sup>

## Chimie plus intelligente<sup>28</sup>

Tous les matériaux utilisés dans les produits, accessoires et emballages Apple sont conformes aux exigences de notre [Liste des substances réglementées](#), l'une des premières du secteur à restreindre l'utilisation de substances potentiellement dangereuses. Consultez le dernier [Rapport d'évolution sur le plan environnemental](#) pour comprendre les efforts entrepris récemment par Apple pour éliminer progressivement ces substances chimiques.

## Compatibilité

iPhone 11 (ou modèle ultérieur) et iPhone SE (2<sup>e</sup> génération ou ultérieure) avec iOS 26 (ou version ultérieure)

## Contenu du coffret

## Apple Watch Ultra 3

### Bracelet

### Câble de charge rapide magnétique vers USB-C (1 m) pour Apple Watch

Ultra 3 GPS + Cellular - 49mm (A3281) : DAS tronc: 1,19 W/kg ; DAS membre : 0,93 W/kg

Le DAS (débit d'absorption spécifique) des montres connectées quantifie le niveau d'exposition maximal aux ondes électromagnétiques, pour un membre ou le tronc. La réglementation française impose que le DAS ne dépasse pas 2 W/kg pour le tronc et 4 W/kg pour les membres. Pour en savoir plus sur le DAS, consultez la page [apple.com/fr/legal/rfexposure](http://apple.com/fr/legal/rfexposure).

1. L'app Oxygène sanguin vise uniquement des objectifs de forme et n'est pas destinée à un usage médical.
2. La fonctionnalité de détection de température n'est pas destinée à un usage médical. Le capteur de température est disponible sur l'Apple Watch Series 8 (et modèles ultérieurs), sur l'Apple Watch SE 3 et sur tous les modèles d'Apple Watch Ultra.
3. L'app ECG est disponible sur l'Apple Watch Series 4 et les modèles ultérieurs (sauf les modèles d'Apple Watch SE) et peut générer un ECG correspondant à un électrocardiogramme à une dérivation. Elle n'est pas destinée aux personnes de moins de 22 ans.
4. L'app Suivi de cycle ne doit pas être utilisée à des fins de contraception ou pour le diagnostic d'une pathologie.
5. Les notifications d'arythmie nécessitent les dernières versions de watchOS et d'iOS. Elles ne sont pas destinées aux personnes de moins de 22 ans, ni aux personnes dont le diagnostic de fibrillation auriculaire (FA) a déjà été posé.
6. Les notifications d'apnée du sommeil sont disponibles sur l'Apple Watch Series 9 (et modèles ultérieurs), l'Apple Watch Ultra 2 (et modèles ultérieurs) et l'Apple Watch SE 3. Cette fonctionnalité vise à détecter les signes d'apnée du sommeil modérée à sévère chez les personnes de 18 ans et plus n'ayant pas reçu de diagnostic d'apnée du sommeil.
7. En date du 9 septembre 2025, la fonctionnalité Notifications d'hypertension fait actuellement l'objet d'un examen réglementaire. Elle devrait être approuvée et disponible ce mois-ci sur l'Apple Watch Series 9 (et modèles ultérieurs) et l'Apple Watch Ultra 2 (et modèles ultérieurs). Cette fonctionnalité n'est pas destinée aux personnes de moins de 22 ans, aux personnes dont le diagnostic d'hypertension a déjà été posé, ni aux personnes enceintes.
8. L'autonomie de plusieurs jours de la batterie intégrant le suivi du sommeil est basée sur l'utilisation suivante : 600 vérifications de l'heure, 180 notifications, 30 minutes d'utilisation d'apps, un entraînement de 60 minutes avec lecture de musique depuis l'Apple Watch en utilisant le Bluetooth et 6 heures de suivi du sommeil, sur une durée de 42 heures. Les 42 heures d'utilisation de l'Apple Watch Ultra 3 incluent un total de 8 heures de connexion cellulaire et 34 heures de connexion à un iPhone en Bluetooth. L'autonomie de la batterie en mode économie d'énergie intégrant le suivi du sommeil est basée sur l'utilisation suivante : 900 vérifications de l'heure, 270 notifications, 45 minutes d'utilisation d'apps, deux entraînements de 60 minutes avec lecture de musique depuis l'Apple Watch en utilisant le Bluetooth et 18 heures de suivi du sommeil, sur une durée de 72 heures. Les 72 heures d'utilisation de l'Apple Watch Ultra 3 incluent une connexion cellulaire à la demande et 60 heures de connexion à un

iPhone en Bluetooth. Tests réalisés par Apple en juillet et août 2025 sur des prototypes d'Apple Watch Ultra 3 jumelés à un iPhone. Tous les appareils étaient équipés de préversions logicielles. L'autonomie de la batterie varie en fonction de l'utilisation, de la configuration, du réseau cellulaire, de la puissance du signal et de nombreux autres facteurs. Les résultats réels sont susceptibles de varier.

9. Les temps de charge de 0 à 80 % et de 0 à 100 % indiqués ont été obtenus en utilisant le Câble de charge rapide magnétique vers USB-C pour Apple Watch. Tests réalisés par Apple en juillet et août 2025 sur des prototypes d'Apple Watch Ultra 3 jumelés à un iPhone. Tous les appareils étaient équipés de préversions logicielles et ont été testés avec le Câble de charge rapide magnétique vers USB-C pour Apple Watch (modèle A2515) et l'Adaptateur secteur USB-C 20 W Apple (modèle A2305). Le temps de charge varie en fonction de l'adaptateur, des zones géographiques, des réglages, du niveau de batterie initial, de l'utilisation et de facteurs environnementaux. Les résultats réels sont susceptibles de varier.
10. Tests réalisés par Apple en juillet et août 2025 sur des prototypes d'Apple Watch Ultra 3 jumelés à un iPhone. Tous les appareils étaient équipés de préversions logicielles et ont été testés avec le Câble de charge rapide magnétique vers USB-C pour Apple Watch (modèle A2515) et l'Adaptateur secteur USB-C 20 W Apple (modèle A2305). Le temps de charge varie en fonction de l'adaptateur, des zones géographiques, des réglages, du niveau de batterie initial, de l'utilisation et de facteurs environnementaux. Les résultats réels sont susceptibles de varier.
11. Un abonnement est requis pour Oceanic+. Disponible sur l'App Store. L'Apple Watch Series 11 est adaptée à la plongée jusqu'à 6 mètres de profondeur ; l'Apple Watch Ultra 3 est adaptée à la plongée loisir jusqu'à 40 mètres de profondeur. Toujours respecter les protocoles de plongée, pratiquer la plongée en binôme et disposer d'un appareil secondaire.
12. Les fonctionnalités SOS d'urgence par satellite et Localiser via satellite sont incluses gratuitement pendant deux ans avec l'activation de l'Apple Watch Ultra 3. La qualité de la connexion et les temps de réponse varient en fonction du lieu, de la configuration du site et d'autres facteurs. Localiser via satellite nécessite un forfait mobile. La connectivité par satellite est fournie par Globalstar et ses sociétés affiliées. Pour plus d'informations, consultez [support.apple.com/fr-fr/123924](https://support.apple.com/fr-fr/123924).
13. Appel d'urgence nécessite une connexion par satellite, une connexion cellulaire ou les appels Wi-Fi avec une connexion internet provenant de votre Apple Watch ou de votre iPhone à proximité. Vous pouvez utiliser les modèles d'Apple Watch à connectivité cellulaire pour appeler les secours dans de nombreux endroits, à condition que le service de données cellulaires soit disponible. Certains réseaux cellulaires peuvent refuser les appels d'urgence provenant de votre Apple Watch si celle-ci n'est pas activée, si elle n'est pas compatible avec un réseau cellulaire spécifique ou si elle n'est pas configurée pour fonctionner sur ce réseau, si elle n'est pas configurée pour bénéficier du service de données cellulaires ou si le réseau cellulaire ne prend pas en charge les appels d'urgence par IMS. Pour plus d'informations, consultez les pages [support.apple.com/fr-fr/108374](https://support.apple.com/fr-fr/108374) et [apple.com/fr/watch/cellular](https://apple.com/fr/watch/cellular).
14. Nécessite une Apple Watch Series 7, SE, Ultra ou un modèle ultérieur. Pour connaître la liste des pays et zones géographiques concernés, rendez-vous sur la page [apple.com/fr/watchos/feature-availability](https://apple.com/fr/watchos/feature-availability).
15. L'Apple Watch Ultra 3 est résistante à l'eau jusqu'à 100 mètres selon la norme ISO 22810:2010. Elle peut être utilisée pour la plongée loisir (avec une app tierce compatible téléchargée sur l'App Store) jusqu'à une profondeur de 40 mètres et pour les sports nautiques à grande vitesse. L'Apple Watch Ultra 3 ne doit pas être utilisée

- pour la plongée sous-marine à une profondeur de plus de 40 mètres. La résistance à l'eau n'est pas permanente et peut s'amenuiser au fil du temps. Pour plus d'informations, consultez [support.apple.com/fr-fr/109522](https://support.apple.com/fr-fr/109522).
16. L'Apple Watch Ultra 3 a obtenu l'indice IP6X de résistance à la poussière.
  17. Forfait de données requis. 5G disponible sur certains marchés et auprès de certains opérateurs. Les vitesses varient selon la configuration des lieux et l'opérateur. Pour en savoir plus sur la compatibilité avec la 5G, contactez votre opérateur et consultez [apple.com/fr/watch/cellular](https://apple.com/fr/watch/cellular).
  18. Forfait mobile requis pour les données cellulaires. Pour plus d'informations, contactez votre opérateur. La connexion peut varier en fonction de la disponibilité du réseau. Consultez [apple.com/fr/watch/cellular](https://apple.com/fr/watch/cellular) pour connaître les opérateurs mobiles participants et les conditions d'éligibilité. Pour de plus amples instructions de configuration, rendez-vous sur [support.apple.com/fr-fr/HT207578](https://support.apple.com/fr-fr/HT207578).
  19. La disponibilité de la technologie Ultra Wideband (UWB) varie en fonction des zones géographiques.
  20. Pour utiliser Apple Pay, vous devez disposer d'une carte prise en charge par un établissement émetteur participant. Pour vérifier si votre carte est compatible avec Apple Pay, vous devez contacter l'établissement émetteur. Apple Pay n'est pas disponible dans tous les pays et régions. [Voir les pays et régions où Apple Pay est disponible](#).
  21. Toutes les fonctionnalités ne seront pas disponibles si l'Apple Watch est configurée via Apple Watch pour vos enfants. Pour plus d'informations, consultez la page [support.apple.com/fr-fr/109036](https://support.apple.com/fr-fr/109036). Forfait mobile requis pour les données cellulaires. Consultez [apple.com/fr/watch/cellular](https://apple.com/fr/watch/cellular) pour connaître les opérateurs mobiles participants et les conditions d'éligibilité.
  22. Données exactes au moment du lancement du produit.
  23. Le contenu recyclé ou renouvelable du produit représente la masse des matériaux recyclés certifiés par rapport à la masse totale de l'appareil, hors emballage et accessoires fournis.
  24. Notre électricité utilisée pour la fabrication provient de sources propres, notamment d'un mix de projets d'énergie propre menés par Apple et par ses fournisseurs.
  25. L'Apple Watch Ultra 3 est conforme aux normes d'efficacité énergétique de la California Energy Commission pour les systèmes de chargeurs de batterie de petite taille, comme indiqué dans le [California Code of Regulations](#).
  26. Calcul basé sur l'emballage commercial envoyé par Apple. Répartition, en poids, des différents composants de l'emballage d'un produit vendu aux États-Unis. Les adhésifs, encres et revêtements sont exclus de nos calculs portant sur la teneur en plastique et le poids des emballages.
  27. Tous les sites d'assemblage final des fournisseurs – ceux qui sont fournisseurs d'Apple depuis plus d'un an – pour l'Apple Watch Ultra 3 font l'objet d'une vérification par un organisme tiers et ont obtenu la certification Zero Waste d'UL LLC (UL 2799 Standard). UL exige un taux de réorientation des déchets d'au moins 90 % par le biais de méthodes autres que la transformation des déchets en énergie pour l'obtention des appellations Zero Waste to Landfill (90 à 94 % pour l'argent, 95 à 99 % pour l'or et 100 % pour le platine).
  28. La Liste des substances réglementées d'Apple décrit les restrictions sur l'utilisation de certaines substances chimiques dans les matériaux des produits, les accessoires, les procédés de fabrication et les emballages utilisés pour l'expédition des produits à la clientèle d'Apple. Les restrictions découlent des lois ou directives internationales, des organismes de réglementation, des écolabels, des normes environnementales et des

politiques d'Apple. Chaque produit Apple est exempt de PVC et de phtalates, à l'exception des cordons d'alimentation en Inde, en Thaïlande (pour les cordons d'alimentation à deux broches) et en Corée du Sud, où nous attendons toujours que nos solutions de remplacement pour le PVC et les phtalates soient agréées par les autorités gouvernementales. Les produits Apple sont conformes à la directive européenne 2011/65/UE et à ses directives déléguées, y compris les exemptions concernant l'utilisation du plomb, par exemple dans les soudures à haute température. Lorsque cela est techniquement possible, Apple s'efforce d'éliminer totalement l'utilisation de ces substances exemptées pour ses nouveaux produits.

L'Apple Watch Ultra 3, l'Apple Watch Series 11 et l'Apple Watch SE 3 nécessitent un iPhone 11 (ou modèle ultérieur) avec iOS 26 (ou version ultérieure).

Les fonctionnalités sont sujettes à modification. La disponibilité des fonctionnalités, des applications et des services peut varier en fonction des zones géographiques et des langues.

[Cliquez ici pour en consulter la liste complète.](#)