

POLAR®

PIONEER OF WEARABLE SPORTS TECHNOLOGY



POLAR M430

MONTRE GPS DE RUNNING

La montre Polar M430 est une montre GPS de running avec cardiofréquencemètre au poignet, fonctions d'entraînement avancées et suivi d'activité 24 h/24, 7 j/7.

Une montre sport de haut niveau pour les coureurs qui en veulent plus.

TOUTES LES FONCTIONS



MESURE DU RYTHME CARDIAQUE AU POIGNET

Contrôlez votre rythme cardiaque avec facilité et précision grâce au cardiofréquencemètre optique 6 LED, une propriété de Polar.



GPS AVANCÉ

La montre Polar M430 capte le signal GPS rapidement et calcule votre vitesse, votre distance ainsi que votre altitude. Elle intègre également la fonction retour au point de départ. Consultez votre parcours dans Polar Flow une fois votre course terminée. Ses 3 modes de précision GPS vous offrent jusqu'à 30 heures d'autonomie.



DONNÉES DE RUNNING EN INTÉRIEUR

Lorsque le signal GPS n'est pas disponible, la montre connectée Polar M430 calcule votre allure et votre distance à partir des mouvements de votre poignet.



SUIVI D'ACTIVITÉ

Restez actif tout au long de la journée. La montre connectée Polar M430 calcule vos pas, la distance que vous parcourez, les calories que vous brûlez et votre temps de sommeil et vous donne un objectif d'activité quotidienne personnalisé.



SLEEP PLUS

Un bon sommeil améliore la récupération et les performances. Polar Sleep Plus calcule automatiquement la durée, la quantité et la qualité de votre sommeil. Vous recevrez un compte-rendu sur votre sommeil afin que vous puissiez prendre des mesures pour l'améliorer.



POLAR FLOW

Planifiez, synchronisez et partagez votre entraînement à l'aide du service en ligne Polar Flow exclusif et de son application. Toutes les données sont facilement accessibles.



NOTIFICATIONS SMARTPHONE

Les notifications smartphone vous permettent de voir les notifications de votre téléphone directement sur l'écran de votre M430.



PROFILS SPORTIFS

Polar propose plus d'une centaine de profils sportifs différents, ce qui vous permet de sélectionner le profil le mieux adapté à vos séances d'entraînement.

SMART COACHING



TEST FITNESS GRÂCE À LA MONTRE CARDIO SANS CEINTURE

Un test de cinq minutes qui permet de mesurer la forme aérobie avec estimation de votre VO2 max à partir de votre rythme cardiaque au repos, de la variabilité de votre rythme cardiaque et de vos informations de base.

Effectuez-le régulièrement afin de mesurer les progrès accomplis.



PROGRAMME DE COURSE

Entraînez-vous en vue d'une course avec un programme évolutif et personnalisé dans Polar Flow. Choisissez l'une des quatre distances proposées (5 km, 10 km, semi-marathon ou marathon) et suivez un programme d'entraînement adapté à votre profil et à vos objectifs.



RUNNING INDEX

Indique l'évolution de vos performances en matière de course à pied avec un temps indicatif sur plusieurs distances (5 km, 10 km, semi et marathon).



CHARGE D'ENTRAÎNEMENT

Indique dans quelle mesure votre entraînement affecte votre corps et vous aide à comparer la charge des différentes séances. Surveillez votre charge en continu pour déterminer vos limites personnelles et ajuster l'intensité et la durée de l'entraînement en conséquence. Disponible dans Polar Flow.



STATUT DE RÉCUPÉRATION

Vous indique le temps de récupération nécessaire avant la prochaine séance. Disponible dans Polar Flow.



TRAINING BENEFIT

Fournit juste après la séance un compte-rendu motivant décrivant les bienfaits de l'entraînement.



SMART CALORIES

Vous permet de connaître exactement le nombre de calories que vous avez brûlées en fonction de votre poids, votre taille, votre âge, votre sexe, votre fréquence cardiaque maximale individuelle (FCmax) et l'intensité de votre entraînement.



GUIDE D'ACTIVITÉS

Affiche votre degré d'activité dans la journée et propose des conseils pratiques pour atteindre votre objectif d'activité quotidienne.



EFFICACITÉ DE L'ACTIVITÉ

Fournit un compte-rendu sur votre activité quotidienne, hebdomadaire et mensuelle, vous indiquant ainsi comment vos choix d'activités vous aident à rester en bonne santé.

SPÉCIFICATIONS

MESURES

| | |
|-------------------|---|
| Poids | 51 g |
| Épaisseur | 12 mm |
| Taille de l'écran | Écran haute définition 128 x 128 pixels |

CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES

- GPS intégré avec technologie de prévision par satellite SiRFInstantFix™
- Capteur d'activité
- Temps intermédiaires manuels et automatiques
- Alerte par vibrations
- Étanche (compatible avec la natation)
- Mémoire Flash de 8 Mo
- Batterie lithium-polymère 240 mAh rechargeable
- La batterie offre jusqu'à 8 heures d'autonomie en mode entraînement avec le GPS et le cardiofréquencemètre optique

CONNECTIVITÉ

- Câble USB personnalisé pour synchroniser vos données avec un PC ou un Mac
- Bluetooth Smart avec application mobile et capteurs
- Compatibilité du service Web Polar Flow avec Mac OS X 10.6, OS X 10.7, OS X 10.8 ou version ultérieure et PC Windows XP, Windows 7, Windows 8 ou version ultérieure
- Compatibilité avec l'application mobile Polar Flow
- Logiciel actualisable
- Langues : allemand, anglais, chinois (simplifié), danois, espagnol, finnois, français, indonésien, italien, japonais, néerlandais, norvégien, polonais, portugais, russe, suédois, tchèque, turc

RÉFÉRENCES

PRODUITS

| | |
|-------------|--------------|
| M430 GREY | 725882038759 |
| M430 WHITE | 725882038780 |
| M430 ORANGE | 725882038810 |



POLAR®

PIONEER OF WEARABLE SPORTS TECHNOLOGY