



Faites passer votre entraînement au niveau supérieur et optimisez vos performances avec Polar Grit X, une montre multisports outdoor pour les sportifs qui ne se contentent pas de la route et se fixent de nouveaux objectifs hors des sentiers battus.

Alliant parfaitement **solidité et légèreté**, la nouvelle montre multisports outdoor Polar Grit X offre un **design premium**, des **fonctionnalités d'entraînement haut de gamme** et le potentiel de l'application de fitness ultime Polar Flow.

# POLAR GRIT X

## **UN DESIGN À TOUTE ÉPREUVE**

- Un boîtier **robuste et léger** en acier inoxydable et une structure en composite (64g)
- Un **écran tactile couleur** avec de superbes contrastes pour l'outdoor
- Lentille de verre durable **Gorilla Glass** avec **anti-empreintes** et **anti-reflets**
- Des boutons en acier inoxydable avec un **toucher ultra qualitatif** et une **surface antidérapante**
- Un revêtement en **métal Premium Diamond Like Carbon (DLC)**
- Bracelet doux en **silicone**
- Bracelet aux **dimensions standards** de 22mm permettant une customisation sans fin



## **BATTERIE EXTRA-LONGUE DURÉE**

Polar Grit X donne à **minima 40 heures d'autonomie** continue en entraînement (FC et GPS) avec seulement 64g de **qualité militaire MIL-STD-810G**.

**Les différents modes d'autonomie offrent jusqu'à 100 heures de batterie.**

## **LA PUISSANCE EMBARQUÉE**

**POLAR** est le premier **AU MONDE** à embarquer la puissance dans sa montre (Vantage V et Grit X), plus besoin de capteur !

La puissance évalue le travail mécanique des muscles des jambes. Grâce à un temps de réponse rapide (vs FC), extrêmement utile :

- sur des terrains variés (ie trail)
- lors d'interval training



**LES INNOVATIONS**

**POLAR®**

## HILL SPLITTER™

Recevez des informations sur le dénivelé de votre terrain.

La montre **reconnait automatiquement les côtes (montées) et descentes** ainsi que les sections plates pour les différents sports Outdoor.



- Décompte total des sections montées / descentes
- Statistiques pour chacune des sections (résumé similaire au tour)

## FUELWISE™ - REFUELING

Lorsque vous planifiez une sortie longue, la fonctionnalité **Smart FuelWise™ Refueling** vous rappelle et vous aide à rester hydraté, à vous ravitailler de la bonne manière et au bon moment lors de vos entraînements et vos courses.

Vous pouvez maintenant suivre votre consommation d'énergie avec le total de calories brûlées, mais également voir comment cela puise dans les différentes sources d'énergie :

- Carbohydrates
- Protéines
- Graisses



LES INNOVATIONS

POLAR®

## WEATHER - MÉTÉO™

Conditions météo quotidiennes à portée de main pour préparer efficacement vos sorties.

Les utilisateurs peuvent désormais consulter les prévisions météo du lendemain sur la montre. Les conditions météo sont récupérées via les informations de météo du mobile lors de chaque synchronisation avec l'App Polar Flow. Utilisez l'option de géolocalisation du téléphone pour les conditions météo locales.

Les conditions météo proviennent de OpenWeatherMap.

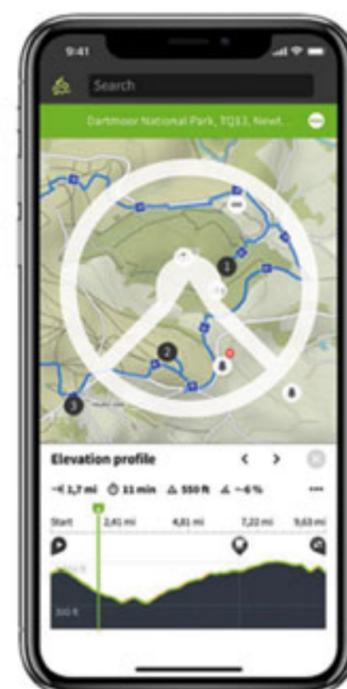


## NAVIGATION KOMOOT

Explorez de nouveaux sentiers et chemins sans l'inquiétude de vous perdre grâce au guidage en direct sur votre montre.

Trouvez de nouvelles routes à explorer grâce à l'application Komoot (**Free premium license pendant 1 mois inclus**), sync en tant que favorite et suivez pas à pas la direction sur la montre (retrouvez vos routes favorites sur l'App Polar Flow).

Retour au point de départ et boussole vous aide à rester sur le bon chemin dans le cas où vous n'avez pas pré-sélectionné de parcours.



LES INNOVATIONS

POLAR®



## **NIGHTLY RECHARGE™**

Découvrez si vous avez bien récupéré durant la nuit grâce à la fonction de mesure de la récupération Nightly Recharge™.

## **FITSPARK™**

Accédez à des programmes d'entraînement quotidiens clé en main, élaborés par le guide d'entraînement quotidien FitSpark™ en fonction de votre niveau de condition physique.



## **SLEEP PLUS STAGES™**

Sleep Plus Stages™ donne des informations sur la quantité et la qualité du sommeil basées sur un système de tracking automatique.

## **SERENE™**

Détendez votre corps et votre esprit grâce à des exercices de respiration guidés.



**LES INCONTOURNABLES**

**POLAR®**





## ***VO2 MAX***

Aide à suivre sa performance de course à pied



## ***PROGRAMME D'ENTRAÎNEMENT***

Conseil pour s'entraîner et atteindre ses objectifs



## ***BÉNÉFICES D'ENTRAÎNEMENT***

Feedback sur le bénéfice de chaque entraînement



## ***TRACKER D'ACTIVITÉ***

Objectif d'activité quotidien. Alertes d'inactivité.  
Suivi d'activité journalière



## ***SMART CALORIES***

Calcule le nombre de calories dépensées pendant chaque entraînement et durant l'activité quotidienne (utilisation de la FC)



## ***FC EN CONTINUE***

Meilleure compréhension de son activité quotidienne avec une mesure plus précise de la dépense calorique quotidienne



**SMART COACHING**

**POLAR®**



## **MESURE DE NATATION**

OHR dans l'eau - Charge cardio - Dépense calories  
Vitesse & distance (Indoor & Outdoor)  
Stroke rate - Swolf - Swimming Style



## **SLEEP PLUS**

Un bon sommeil booste la récupération et l'entraînement.  
Détection automatique du temps, de la quantité et  
de la qualité du sommeil



## **HILL SPLITTER™**

Analyse/suivi des montées et descentes



## **FUELWISE™**

Assistant de gestion de l'énergie



## **NAVIGATION KOMOOT**

Guide et importation d'itinéraires



## **WEATHER-MÉTÉO™**

Conditions météo pour les 2 prochains jours



**SMART COACHING**

**POLAR®**

## **MONTRE**

- Heure & date
- Alarme avec vibration
- Écran tactile et couleurs Dragontail
- 5 boutons et bagues en acier
- Waterproof - Wr100
- Altimètre barométrique, boussole et gyroscope embarqué

## **FC**

- OHR via la version améliorée de Polar Precision Prime
- bpm, %
- 5 Zone de FC
- Zone lock, Zone pointer
- FC en continue

## **BATTERIE ACCESSIBLE (USB PERSONNALISÉ)**

- Batterie 346 mAh Li-pol
- Options :
  - Jusqu'à **40 heures d'entraînement en continu avec GPS et OHR**
  - Jusqu'à **100 heures de batterie (en fonction des modes GPS et sans OHR)**
  - Jusqu'à 1 semaine d'usage quotidien  
(2h d'entraînement + OHR toujours activé, sans notification)
  - Jusqu'à 1 mois en mode montre normale (avec calcul de l'activité quotidienne)

## **CONNECTIVITÉ**

- Bluetooth basse consommation, câble USB adapté pour recharger et synchroniser les données
- BLE pour mise à jour et sun des données sur mobiles
- BLE pour capteur : HR, footpods, bike speed, cadence, power and weight scales
- Compatibilité STRYD

## **GPS / GLONASS**

- Vitesse / Allure et distance
- GPS assisté pour réglage rapide
- Mode économie de batterie pour la précision GNSS

## **MESURES**

- Poids 64 g
- Diamètre 47 mm
- Epaisseur 14 mm



**SPÉCIFICATIONS**

**POLAR®**

# BRACELETS INTERCHANGEABLES



Taille S/M

- Bracelet blanc silicon
- Red Paracord textile wrist band

Taille M/L

- Black, Green silicon wrist band
- Green, Black Tundra textile wrist band
- Blue Paracord textile wrist band
- Leather wrist band

## RÉFÉRENCES

MONTRES OUTDOOR  
GRIT X

90081734  
90081735  
90081737

POLAR GRIT X NOIR M/L  
POLAR GRIT X BLANC S/M  
POLAR GRIT X VERT KAKI M/L

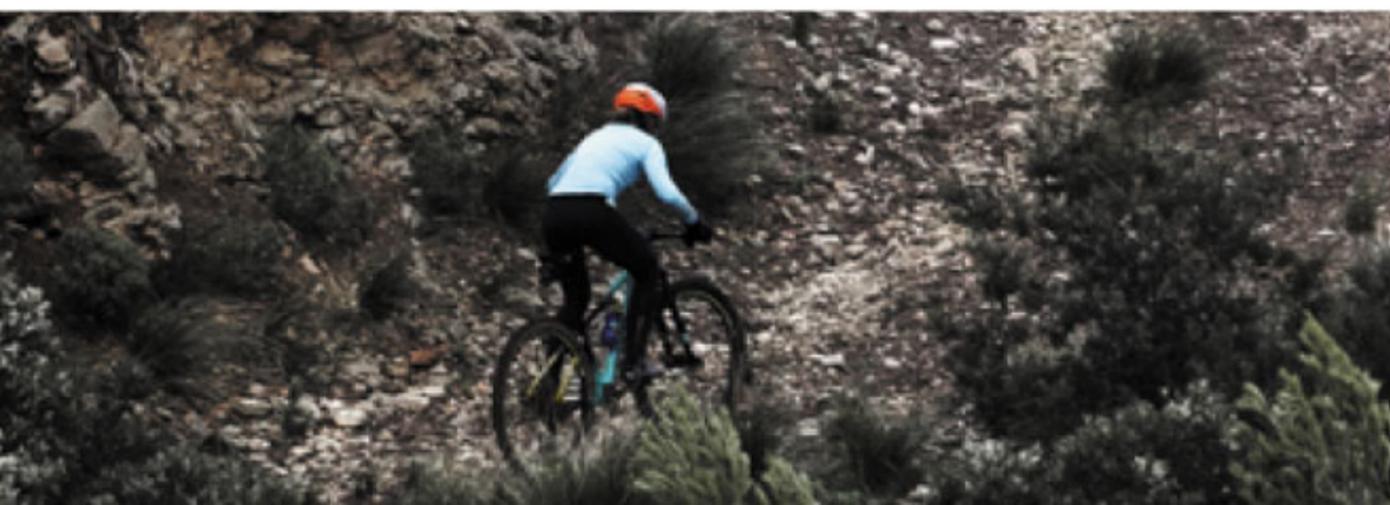
429,90€  
429,90€  
429,90€

BRACELETS OUTDOOR  
GRIT X

91081738  
91081739  
91081740  
91081744  
91081741  
91081743  
91082600  
91082601

POLAR WRIST BAND GRIT X NOIR M/L  
POLAR WRIST BAND GRIT X BLANC S/M  
POLAR WRIST BAND GRIT X VERT TUNDRA M/L  
POLAR WRIST BAND GRIT X CUIR BRUN M/L  
POLAR WRIST BAND GRIT X BLEU M/L  
POLAR WRIST BAND GRIT X ROUGE S/M  
POLAR WRIST BAND GRIT X NOIR TUNDRA M/L  
POLAR WRIST BAND GRIT X VERT KAKI M/L

29,90€  
29,90€  
39,90€  
49,90€  
39,90€  
39,90€  
39,90€  
29,90€



## SPÉCIFICATIONS

**POLAR**®