

### Montre connectée hybride multisport



Modèles disponibles :



Steel HR Sport est une montre connectée hybride taillée pour l'exercice et conçue pour la vie de tous les jours.

Une pression longue du bouton pendant l'entraînement, et cet appareil élégant suit le rythme cardiaque en continu avec le temps passé dans chaque zone (pic, intense, modéré, léger) pour plus de 30 activités, avec la distance, l'altitude et l'allure via le GPS du smartphone. Pour aider à optimiser l'entraînement, Steel HR Sport vous donne votre indice de forme cardio lors de la course, grâce à une estimation de votre VO2 max. La VO2 max est une mesure de votre endurance qui reflète la capacité de votre corps à convertir l'oxygène en énergie pendant l'exercice. Plus ce score est élevé, plus vous êtes en forme.

La montre suit également le rythme cardiaque tout au long de la journée. La nuit, Steel HR Sport mesure les cycles de sommeil léger et profond ainsi que votre rythme cardiaque, et vous donne votre score de sommeil au petit matin. Steel HR Sport dispose d'un cadran analogique pour consulter votre progression d'un coup d'œil, et d'un écran numérique pour le rythme cardiaque, la distance, les calories brûlées, et les notifications du smartphone. Toutes les données se synchronisent automatiquement avec l'application gratuite Health Mate, où vous pouvez définir vos objectifs, consulter vos progrès et trouver de la motivation à chaque instant.

Et pour vous accompagner toujours plus loin, Steel HR Sport dispose d'une batterie rechargeable pouvant durer jusqu'à 25 jours, le tout serti dans une montre de sport étanche jusqu'à 50 m, pour passer de la salle de sport au bureau en toute simplicité.

# Fonctionnalités

**Suivi du rythme cardiaque :** retrouvez le temps passé dans chaque zone (léger, modéré, intense et pic) dans l'application Health Mate.

**GPS connecté via smartphone :** après votre session, retracez votre itinéraire sur une carte avec la distance, l'allure et l'altitude.

**Condition physique :** pendant la course, évaluez votre niveau grâce à l'estimation de la VO2 max pour optimiser votre performance.

**Suivi de l'activité :** mesure automatique de la marche, course, natation, du sommeil, de la distance et des calories brûlées.

**Suivi multisport :** choisissez parmi plus de 30 activités et activez le mode d'entraînement depuis votre poignet.

**Étanche jusqu'à 50 m (5 ATM)**

**Analyse du sommeil :** score de sommeil quotidien avec les cycles de sommeil (léger et profond), la durée du sommeil et les interruptions.

**Alarme silencieuse :** réglez une alarme silencieuse avec Smart Wake-Up™ pour vous réveiller au meilleur moment de votre cycle de sommeil avec une vibration discrète

**Notifications :** alertes et aperçus des appels, SMS, e-mails, événements et de vos applications préférées.

**Application Health Mate :** synchronisation automatique avec l'application gratuite disponible sur iOS et Android, où vous pouvez consulter vos progrès, obtenir des informations et vous motiver à aller plus loin.

# Spécifications Techniques & Design

**Matériaux:** Steel HR Sport est composée d'un boîtier de 40 mm en acier inoxydable et d'un verre minéral. Les minutes sont gravées sur la lunette et une touche de couleur accentue les aiguilles métalliques mates. La montre est fournie avec un bracelet en silicone souple, doté de perforations pour l'aération durant l'exercice.

**Dimensions:** Modèle 40 mm : 39,5 mm (1.6") de diamètre, 13 mm (0.51") d'épaisseur  
Bracelet : 20 mm (0.79") de largeur  
Montre seule : 49 g

**Affichage:** Marche et course : pas, distance, calories  
Rythme cardiaque : battements par minute  
Estimation du niveau de condition physique via VO2max.  
Suivi GPS via smartphone : distance, allure et altitude.  
Natation : durée de la session, calories  
Sommeil : phases de sommeil léger et profond, interruptions.

**Mesures:** Cadran analogique avec aiguilles des heures et des minutes.

Sous cadran analogique indiquant la progression quotidienne par rapport à l'objectif d'activité en pourcentage.

Écran OLED pour les notifications du smartphone, la fréquence cardiaque, les pas, la distance, les calories, les activités et l'alarme  
Mode entraînement avec chronomètre et suivi continu de la fréquence cardiaque  
Notifications avec aperçu pour les appels, SMS, rendez-vous et applications.

**Connectivité:** Bluetooth Low Energy  
La fonction GPS connecté nécessite la liaison Bluetooth avec le smartphone et l'activation de la localisation.

**Autonomie:** Jusqu'à 25 jours en utilisation normale  
Jusqu'à 5 jours en mode entraînement  
+ 20 jours supplémentaires en mode réserve (avec affichage analogique de l'heure et suivi de l'activité seule).

**Temps de recharge:**

Environ 2 heures pour 100 %  
Environ 1 heure pour 80 %

**Disponible pour iOS** (iOS 8 et plus récent) et Android (6 et plus récent)

Compatible iPhone, iPad ou iPod touch équipé d'iOS 8 ou plus récent, ou avec un smartphone ou une tablette Android (sans les notifications du smartphone, Android 4.3 et plus récent)

Ne peut être installée depuis un ordinateur.

**Stockage & mémoire** Stockage de données en ligne gratuit et illimité avec votre compte Withings

Stockage local : 5 jours de données entre chaque synchronisation.

**Application** Health Mate pour iOS et Android  
Tableau de bord en ligne  
Réglage de l'alarme, des objectifs et des écrans depuis l'application.

**Contenu de la boîte:** Montre hybride multisport Steel HR Sport avec bracelet en silicone exclusif  
Câble de recharge magnétique  
Guide de démarrage (Anglais, Français, Allemand, Italien, Espagnol).

**Capteur:** Mesure du rythme cardiaque par photopléthysmographie (PPG), à l'aide de LED vertes détectant la variation du niveau de sang dans le poignet.

**Mode d'emploi:** Pressez le bouton de la montre pour faire défiler les données sur l'écran numérique :  
date et heure, fréquence cardiaque, pas, distance, calories brûlée et alarme.

**Utilisation:** Lancez le mode entraînement en appuyant longuement sur le bouton de la montre. Pressez le bouton pour trouver votre activité et appuyez de nouveau longuement pour la sélectionner.

**Bracelet:** Bracelet silicone bicolore perforé, adapté aux poignets de 200 mm (7.9") de circonférence. Le bracelet résistant en silicone est perforé pour assurer un confort optimal pendant le sport.