

WITHINGS

ScanWatch Light

Mesures quotidiennes
en continu

Guide de cycle
menstruel

Vue complète de
votre santé



Montre connectée hybride avec suivi de santé quotidien

ScanWatch Light est l'incarnation parfaite de la montre connectée hybride pour suivre sa santé. Cette montre premium et légère est dotée de capteurs avancés pour fournir des données de santé essentielles, mesurées avec précision. Et comme la voie pour améliorer ou maintenir sa santé s'accompagne d'un suivi 24h/24, ScanWatch Light offre 30 jours de batterie entre chaque recharge.

30 JOURS DE SUIVI SANTÉ

- Restez motivé-e grâce au suivi d'activité
- Améliorez vos nuits grâce à l'évaluation de la qualité du sommeil
- Surveillez votre fréquence cardiaque et recevez des notifications, de jour comme de nuit

LE CYCLE SYNCING EN TOUTE SIMPLICITÉ

- Recevez les prévisions de la durée et des phases de votre cycle menstruel
- Enregistrez vos symptômes depuis votre montre ou dans l'application pour suivre vos tendances
- Découvrez comment l'activité et le sommeil évoluent pendant les phases de votre cycle

DONNÉES DÉTAILLÉES ET SOUTIEN À LONG TERME

- Mesures innovantes et exhaustives, dans une même application
- Rapport de santé spécifique à la santé menstruelle
- Qualité et sécurité certifiées grâce à nos serveurs propriétaires

PRIX (PDSF)

249.95€ (37mm)

WITHINGS

Fonctionnalités et métriques

Fonctionnalités

SUIVEZ VOTRE CŒUR

Recevez une notification lorsque votre fréquence cardiaque est trop basse ou trop élevée, surveillez votre fréquence cardiaque jour et nuit et gérez vos niveaux de stress et d'anxiété grâce à des exercices de respiration.

[FRÉQUENCE CARDIAQUE DE JOUR](#) | [FRÉQUENCE CARDIAQUE DE NUIT](#) | [NOTIFICATIONS DE FC BASSE/ÉLEVÉE](#) | [EXERCICES DE COHÉRENCE CARDIAQUE](#)

RESTEZ EN MOUVEMENT

Suivez chacun de vos mouvements grâce à plus de 40 activités répertoriées ; évaluez votre performance avec les zones de fréquence cardiaque et votre indice de forme cardio grâce à l'estimation VO2 max ; observez vos progrès vers vos objectifs directement sur votre montre.

[MINUTES ACTIVES](#) | [ALLURE](#) | [CALORIES BRÛLÉES](#) | [DISTANCE](#) | [INDICE DE FORME CARDIO](#) | [ZONES DE FRÉQUENCE CARDIAQUE](#) | [GPS CONNECTÉ](#)

AUTONOMIE DE 30 JOURS ET DURABILITÉ REMARQUABLE

Dites oui à la liberté avec un suivi 24h/24 et 7j/7 sans recharge pendant 30 jours grâce à une montre conçue avec des matériaux de qualité supérieure.

[BATTERIE RECHARGEABLE](#) | [VERRE GORILLA](#) | [BOÎTIER EN ACIER INOXYDABLE](#) | [ÉTANCHE JUSQU'À 5 ATM](#)

GUIDE DE CYCLE MENSTRUEL

Surveillez votre cycle menstruel grâce au suivi des phases, de la durée et des symptômes, afin de vous permettre de créer une routine personnalisée et adaptée aux besoins de votre corps.

[PHASE MENSTRUELLE](#) | [PHASE FOLLICULAIRE](#) | [PHASE LUTÉALE](#) | [DURÉE DU CYCLE](#) | [SUIVI DES SYMPTÔMES](#)

PARAMÈTRES DE SANTÉ DE NUIT

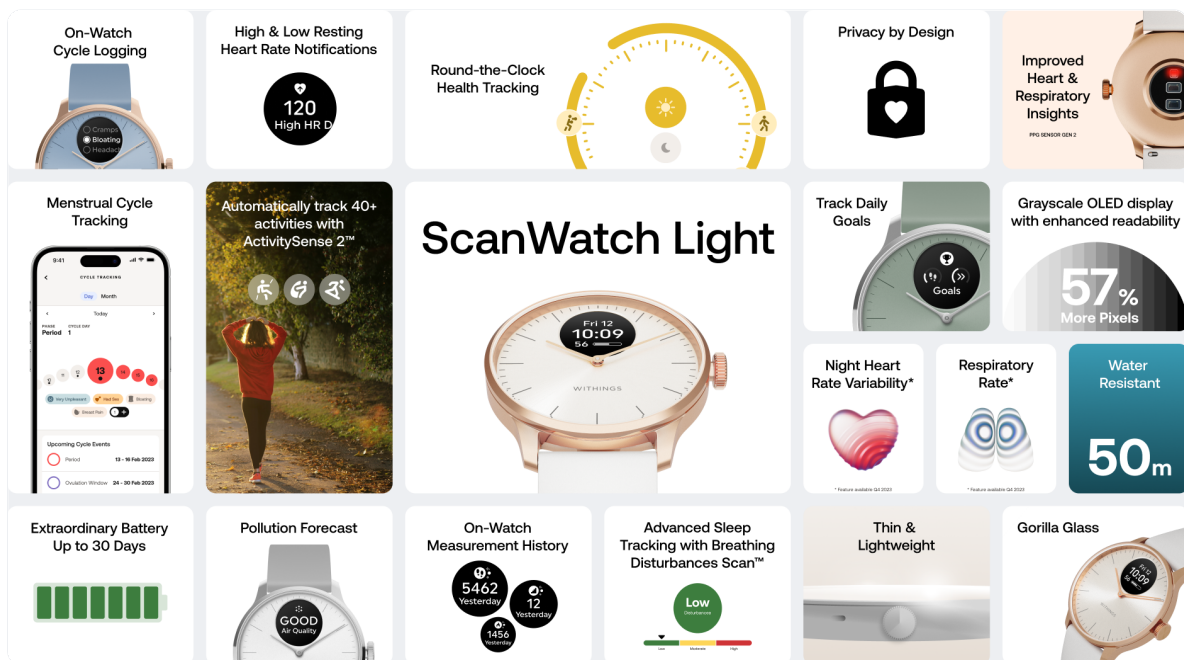
Retrouvez votre score de qualité du sommeil dès votre réveil, parcourez vos mesures de sommeil et obtenez des conseils pour l'améliorer.

[QUALITÉ](#) | [PHASES](#) | [DURÉE](#) | [PROFONDEUR](#) | [IRRÉGULARITÉS](#) | [INTERRUPTIONS](#) | [PERTURBATIONS RESPIRATOIRES](#)

UN ACCOMPAGNEMENT AU QUOTIDIEN

Obtenez des rappels personnalisés, accédez à votre historique de données de santé depuis votre montre et bénéficiez de notifications personnalisables sur votre téléphone, afin d'élaborer des routines sur-mesure.

[RAPPELS SANTÉ](#) | [HISTORIQUE DE DONNÉES](#) | [NOTIFICATIONS PERSONNALISÉES](#)



Métriques

SANTÉ CARDIOVASCULAIRE

- Fréquence cardiaque de jour
- Fréquence cardiaque de nuit
- Notifications de fréquence cardiaque élevée et basse
- Variations de fréquence cardiaque de nuit*
- *Fonctionnalité attendue pour Q4 2023

SUIVI D'ACTIVITÉ

- Zones de fréquence cardiaque en entraînement
- Minutes actives
- Nombre de pas
- Calories brûlées
- GPS connecté : distance, allure et dénivelé

SUIVI DU SOMMEIL

- Score de qualité du sommeil
- Phases de sommeil (profond, léger)
- Fréquence respiratoire*
- Perturbations respiratoires
- Durée du sommeil
- Interruptions
- Régularité

SUIVI DU CYCLE MENSTRUEL

- Phases des cycles menstruels
- Journal des cycles menstruels
- Durée des cycles menstruels
- Journal des symptômes des cycles menstruels
- Journal des flux menstruels
- Journal des humeurs et émotions lors des cycles menstruels
- Tendances des symptômes et des flux

Technologie propriétaire

ScanWatch Light bénéficie de plus de 10 ans d'expérience de suivi holistique en continu, pour une expérience utilisateur rigoureusement précise sur la montre comme dans l'application. À l'image de notre nouvelle génération de montres hybrides connectées, ScanWatch Light intègre la dernière version du logiciel HealthSense™ associé à de nouveaux capteurs pour vous fournir davantage de mesures et des résultats encore plus précis.

Capteurs à la pointe



PPG NOUVELLE GÉNÉRATION

Combiné à notre logiciel HealthSense™, nos capteurs photopléthysmogrammes à longueurs d'ondes multiples (PPG) fournissent désormais davantage de mesures santé comme la fréquence respiratoire et la variation de la fréquence cardiaque, et ce, avec une précision accrue.

ACCÉLÉROMÈTRE À PLAGE DYNAMIQUE ÉLEVÉE

Ce nouvel accéléromètre intègre des capteurs directionnels supplémentaires pour plus de précision en activité et en entraînement, et permet de détecter automatiquement plus de 40 activités.

HealthSense™ OS

Le logiciel HealthSense™, propriété de Withings, incorpore des mises à jour continues. Il tire parti de nos capteurs et utilise l'apprentissage automatique intégré à l'appareil pour vous fournir des mesures de santé instantanées et sécurisées sur votre montre, des notifications de santé proactives et une navigation fluide pour consulter ou ajouter vos données.

POWERSENSE™ PRO (3ÈME GÉNÉRATION)

Économie de la batterie lorsque la montre n'est pas portée par la désactivation du suivi.
Identification du meilleur moment pour prendre une mesure et envoyer une notification si nécessaire.
Détection d'endormissement et de réveil.

ACTIVITYSENSE 2

Associé à notre nouvel accéléromètre, cette nouvelle génération de montres dispose des algorithmes Withings de reconnaissance d'activité qui permettent de détecter automatiquement plus de 40 activités.

HISTORIQUE DE DONNÉES SANTÉ À PORTÉE

Les tendances de sommeil, de nombre de pas, de distance, de minutes actives et bien d'autres sont désormais disponibles directement sur la montre.

VOS OBJECTIFS EN UN CLIN D'ŒIL

Une nouvelle interface utilisateur regroupe le nombre de pas et les minutes actives directement sur la montre, pour un accès direct à votre niveau activité.

SAISIE MANUELLE AU POIGNET

Un menu dédié au journal des cycles menstruels est maintenant disponible directement sur la montre. Humeur, pertes blanches et symptômes peuvent être enregistrés discrètement, à tout moment.



Données techniques

Design

POIDS ET DIMENSIONS

Dimensions : 37 mm

Poids : 27,1 g

MATERIALS

Boîtier en acier inoxydable

Verre Gorilla

Couronne en acier inoxydable

ÉTANCHÉITÉ

5 ATM

AFFICHAGE

Affichage OLED Grayscale

14504 px, 282 PPI

16-bit en nuances de gris

SENSORS

Accéléromètre à plage dynamique élevée

PGG à longueurs d'ondes multiples

AUTONOMIE

Autonomie de 30 jours

Temps de chargement : 2 heures

Socle de chargement (compatible USB-C)

App & software

CONNECTIVITY

Bluetooth® Low Energy

APPLICATION WITHINGS

Disponible sur : App Store (iOS), Google Play Store (Android)

Compatible à Apple Santé, Google Health Connect et Google Fit

Tableau de bord Withings App Web

iPhone, iPad, ou iPod touch avec iOS 15 et plus, ou appareil

Android avec OS 9 et plus

Ne peut pas être installé depuis un ordinateur

STOCKAGE ET MÉMOIRE

Stockage gratuit et illimité des données de santé en ligne

7 jours de données de santé stockées sur la montre



Contenu de la boîte

CONTENU DE LA BOÎTE

ScanWatch Light

Bracelet FKM (fluoroélastomère) avec boucle en acier inoxydable

Socle de chargement (compatible USB-C)

Câble USB-C vers USB-A inclus

Guide de démarrage rapide

Guide produit

DIMENSIONS DE LA BOÎTE

102 x 75 mm

