Informacja prasowa

08.09.2021

Rusz się z kanapy! A jeśli tak to koniecznie ze smartwatchem na ręce

Nadchodząca jesień nie oznacza, żeby rezygnować od razu z aktywności ruchowej w plenerze, takiej jak jogging, pływanie, fitness w parku czy trening rowerowy. Dla najlepszych efektów najlepiej mieć na nadgarstku smartwatch. Umożliwi on śledzenie postępów w różnych dyscyplinach sportowych i na bieżąco będzie mierzył nasze najważniejsze parametry zdrowotne.



Urlopowe prężenie ciała na plaży przy pełnym słońcu już raczej za nami, ale przecież nie dbamy o sylwetkę i ruch jedynie dla czystej estetyki. **Końcówka lata i jesień to równie dobre momenty, by zadbać o swój wygląd oraz zdrowie, rzucając się w wir różnych aktywności sportowych** na łonie przyrody. Bieganie czy jazda na rowerze we wrześniu czy październiku mogą być nawet lepszym pomysłem niż w środku wakacji. Wreszcie nie będzie dokuczał nam lejący się z nieba żar, mniej trzeba też przejmować się dokuczliwymi komarami i innymi insektami.

Niezbędnik planu treningowego

Jeśli jednym z naszych ulubionych zajęć sportowych są **ćwiczenia fitnessowe** na trawie w parku lub siłowni na świeżym powietrzu, kręcenie kilometrów na rowerze, jogging czy pływanie na otwartym basenie, **grzechem byłoby nie zaopatrzyć się w smartwatch**. Szereg zalet inteligentnych zegarków elektronicznych sprawia, że przy dbaniu o formę są wręcz nie do przecenienia. Przyjrzyjmy się im wszystkim bliżej.

Na pierwszy ogień pójdzie wygląd. Typowy **smartwatch jest lekki, ważąc z reguły kilkadziesiąt gramów**. Nie odczujemy go na nadgarstku i nie ma najmniejszych szans, żeby przeszkadzał. Do wyboru mamy **różnego rodzaju zapięcia, ale takie klasyczne na klamrę** da nam gwarancję, że **nie spadnie on nawet przy intensywnym ruchu**.

Podstawową zaletą smartwatcha, po włączeniu specjalnie do niego przeznaczonej aplikacji i sparowaniu przez łącze Bluetooth z telefonem komórkowym, jest **możliwość śledzenia różnych form ćwiczeń fizycznych**. Np. opaska sportowa Hama Fit Track 5900 współpracuje aż z **22 dyscyplinami sportowymi** (z mniej oczywistych wymieńmy chociażby: piłkę nożną, spinning, tenis i robienie pompek). **Liczba kroków, tętno, długość przeprowadzonego treningu i spalone kalorie są zapisywane w pamięci**, a po treningu można porównać je z bieżącymi wynikami i sprawdzić swoje postępy. Dzięki **zintegrowanej funkcji GPS** da się również rejestrować szczegółową trasę i długość biegu lub pokonanej trasy rowerowej. I to wszystko bez smartfona.

Dbaj o formę zawsze i wszędzie

To jednak nie wszystko, gdyż nawet podstawowy model smartwatcha, który nie zrujnuje stanu naszego konta, jest zaopatrzony w **funkcję przypomnienia o aktywności**. Aplikacja liczy czas w którym pozostajemy bezczynni i drganiami daje nam znać, że to już najwyższy moment na rozruszanie się. Następnymi szalenie przydatnymi funkcjami są **sygnalizowanie powiadomień przychodzących ze smartwatcha** (połączeń, SMS-ów, maili, wiadomości w mediach społecznościowych) – na jego ekranie lub za pomocą wibracji. W ten sposób nie stracimy kontaktu z wirtualnym światem. Przy okazji **drgania przydadzą się też w funkcji budzika**.

Co więcej, zegarek sportowy oferuje regularne przypominanie o konieczności wypicia wody lub innego napoju, a także pomoże w utrzymaniu odpowiedniej równowagi płynów. Tak samo jak przy **monitorowaniu jakości snu i obserwacji przebiegu poszczególnych faz czuwania**. Z kolei płeć piękna na pewno doceni opcję śledzenia cyklu miesiączkowego.

Słuchanie muzyki w czasie treningu? Tak robi chyba większość z nas. Dlatego warto pamiętać, że **zegarki umożliwiają sterowanie utworami muzycznymi z pamięci wewnętrznej telefonu**. Zaś wszelkie niezbędne podstawowe funkcje odtwarzania są dostępne na tarczy: start/stop, tytuł w przód i w tył. Przekłada się to na wygodę i łatwość obsługi.

Pozostaje jeszcze **pływanie i nierozerwalnie związana z nią kwestia wodoszczelności**. Najlepiej wybrać **zegarek o klasie co najmniej IP68**. Dzięki takiemu rozwiązaniu technologicznemu niestraszne są mu ogólna wilgoć powietrza, zachlapanie w czasie deszczu albo brania prysznica lub pełne zanurzenie w trakcie treningu na basenie.

Informacje o firmie HAMA

Z ofertą 18.000 produktów Hama jest wiodącym specjalistą w dziedzinie akcesoriów foto, video, audio, telekomunikacja, multimedia, zatrudniając około 2500 pracowników na całym świecie.

Tylko w siedzibie firmy w Monheim, w Niemczech pracuje ponad 1500 osób z duzym osobistym zaangazowaniem w sukcesy przedsiebiorstwa. Dzialania centrali wspierane sa przez liczne filie oraz partnerów handlowych w calej Europie, gdzie zatrudnionych jest okolo 800 pracowników. W ten sposób Hama jest obecna na swiatowych rynkach ze swoimi wysokiej jakosci produktami i kompetentna obsluga.

Hama Polska

Milowym krokiem w procesie podboju rynków wschodnich było otwarcie w roku 2000 nowego oddziału Hama w Polsce. Hama Polska została utworzona 01.10.2000 w stolicy Wielkopolski – Poznaniu. Rozwijając dystrybucję akcesoriów w całym kraju Hama odnotowała liczne sukcesy, konsekwentnie budując swój prestiż i markę. Dzięki poświęceniu i wielkiemu zaangażowaniu swoich pracowników Hama rozrosła się, zmieniając swój profil z małej, zatrudniającej kilka osób firmy, na firmę średnią z dużymi perspektywami na przyszłość.

Hama Polska posiada w swojej aktuanej ofercie ponad 4. 000 produktów, gwarantując jednocześnie ich wysoką jakość oraz różnorodność.

Polityka asortymentowa Hama Polska polega na wprowadzaniu na rynek najnowszych światowych trendów i utrzymaniu pełnej dostępności produktów. Ciągły kontakt z pasjonatami techniki, użytkownikami PC, GSM, fotografikami pozwala nam na wyczucie potrzeb naszych klientów.

Dodatkowych informacji udzielą: