

OMRON HJ-113-E

OMRON *Walking Style II*

Schrittzähler



- Zählt Schritte, zurückgelegte Strecke und Kalorien
- Leicht abzulesen und zu bedienen
- Aerobic Modus – motiviert zu noch mehr Aktivität
- Kalorienzähler – zeigt auch den Kalorienverbrauch in Gramm an
- 7-Tage-Speicher
- 24-Stunden-Uhr
- inkl. Befestigungshand mit Clip
- Modernes, attraktives Design
- Präzise Funktion sowohl bei normalem als auch schnellem Gehen
- Bequem zu tragen, klein/leicht
- Funktioniert in Ihrer Tasche, Handtasche, Brusttasche oder an einem Halsband

OMRON *Walking Style II*

Produkt-Spezifikationen:

Produkt-Bezeichnung	Walking style II
Type	HJ-113-E
Stromversorgung	3V Lithium Batterie Typ CR2032
Batterie-Lebensdauer	Eine neue Batterie hat eine Lebensdauer von ca. 6 Monaten (bei 10.000 Schritten pro Tag)
Messbereich	Anzahl der Schritte: 0 to 99,999 Schritte Anzahl gleichmässiger Schritte: 0 to 99,999 Schritte Dauer eines Laufs mit gleichmässiger Geschw.: 0 to 1440 Minuten Zurückgelegte Strecke: 0.00 to 999.99 km Verbrauchte Kalorien: 0.00 to 999.99 kcal Fettverbrennung: 0.0 to 199.9 g Zeit: 0:00 to 23:59
Speicher	Daten von vor 7 Tagen: Anzahl Schritte, Anzahl gleichmässiger Schritte, Dauer des gleichmässigen Gehens (Aerobic), Kalorienverbrauch, Fettverbrennung und zurückgelegte Strecke
Einstellbereich	Zeit: 0:00 - 23:59 (24-Stunden-Display) Gewicht: 30 - 136 kg in the unit of 1 kg Schrittlänge: 30 - 120 cm in Einheiten von 1cm
Betriebstemperatur	-10°C bis +40°C
Präzision bei Schrittzählung	+/- 5% (bei Vibration der Testmaschine)
Präzision bei Zeitmessung	+ / - 30 Sekunden bei durchschnittlicher monatlicher Abweichung (bei Normaltemperatur)
Aussen-Abmessungen	ca. 73.5 x 52.4 x 19.1 mm
Gewicht	ca. 34 g (Inkl. Batterie)
Zubehör	3V Lithium-Batterie Typ CR 2032, Befestigungsband, Clip für das Befestigungsband, Schraubendreher, Gebrauchsanweisung in 6 Sprachen

Schrittzähler HJ 113 schwarz	29.95
Schrittzähler HJ 113 rot	29.95
Schrittzähler HJ 113 weiss	29.95

- Presselekt -

OMRON Walking Style II - HJ-113 - E

Sieben von zehn Erwachsenen haben nicht genug Bewegung, entweder um sich vor Krankheiten zu schützen oder zur Verbesserung ihrer Gesundheit. Dabei ist der Nutzen einer regelmäßigen moderaten Bewegung – wie z.B. zügiges Gehen – beachtlich.

Eine Person, die 10.000 Schritte am Tag geht, verbrennt zwischen 2.000 und 3.500 Kalorien extra pro Woche und kann ihr Risiko zur Entwicklung einer koronaren Herzerkrankung halbieren, das Risiko von Schlaganfall und Diabetes vermindern, den Blutdruck senken und ihr Gewicht reduzieren.

Kurz gesagt kann man nur mit 10.000 Schritten am Tag ein bedeutend besseres Gesundheitsprofil und eine längere Lebensdauer erreichen.

Ein OMRON – Schrittzähler wie der neue Walking Style II kann Sie hervorragend dabei unterstützen, wenn Sie messen möchten, wie nah Sie bei Ihrer täglichen Routine dem Ziel der 10.000 Schritte kommen und Sie dazu motivieren, mehr zu tun.

Der neue OMRON-Schrittzähler Walking Style II zählt die zurückgelegten Schritte, berechnet die gesamte zurückgelegte Strecke, die Zahl der Kalorien und das Fettvolumen, die beim Gehen verbrannt wurden. Er hat eine Speicherfunktion, die über einen Zeitraum von sieben Tagen die Anzahl der zurückgelegten Schritte speichert, so daß Sie Ihre Erfolgsentwicklung überwachen können.

Eine einzigartige Funktion des neuen OMRON-Schrittzählers Walking Style II ist der Aerobic-Schrittzähler, der die Anzahl der zurückgelegten gleichmäßigen Schritte zählt. Gleichmäßige Schritte werden getrennt gezählt, wenn Sie mehr als 60 Schritten pro Minute gehen oder joggen, oder wenn Sie mehr als 10 Minuten ununterbrochen gehen. Wenn Sie täglich mehr als 3.000 Schritte gleichmäßig gehen, kann dies beim Aufbau einer Aerobic-Fitness helfen.

Personen aller Altersgruppen profitieren vom Gehen mit einem Schrittzähler. Im Verlauf der Alterung gewinnt der Körper an Gewicht, der Metabolismus verlangsamt sich und wir verlieren vitale Muskelmasse, weil wir uns weniger bewegen. Ältere Menschen, die täglich nur zehn Minuten gehen, können diese Alterungsmerkmale reduzieren und ihre Gesundheit verbessern.

Das Gehen mit einem Schrittzähler kann jedermann motivieren, diese kleine, aber nachhaltige Lebensstiländerung vorzunehmen, damit das Krankheitsrisiko zu reduzieren und schliesslich sogar lebenserhaltend wirken.