

# fitbit inspire 2

Fitbit Inspire 2 と、新規 Premium ユーザー様向けの Fitbit Premium の1年間無料トライアルで、さらなるモチベーションを。スリムで使いやすいトラッカーと、Fitbit Premium のカスタマイズされたガイダンスとの組み合わせで、より良い健康に向けて必要なものすべてが揃います。\*

## 健康習慣を作る

1日24時間の心拍数測定とアクティブな心拍ゾーン(分)で、あらゆるアクティビティを計測。さらなるチャレンジへの意欲が高まります。

## より良い睡眠のために

睡眠スコアで、睡眠の質や傾向をチェック。詳しい内訳を Premium で確認して、毎晩の睡眠を最適化できます。

## 目標に向けてモチベーションを高める

10日間のバッテリーライフ\*\*、デバイスでの祝福メッセージの表示、Premium のカスタマイズされた分析などにより、健康やフィットネスの目標達成に向けた情報やインスピレーションを常に入手できます。



# さらなる健康を目指す第一歩

- アクティブな心拍ゾーン (分)**  
目標の心拍数ゾーンに到達すると、アクティブな心拍ゾーン (分) を獲得。推奨される毎週 150 分間の心拍数を高める運動を達成しているかどうかを確認できます。
- 心拍数ゾーンを測定**  
Inspire 2 は、年齢と安静時の心拍数に基づいて、心拍数ゾーンをカスタマイズ。現在、脂肪燃焼ゾーン、有酸素運動ゾーン、ピークゾーンのどれに入っているかがわかります。
- 睡眠ステージを分析**  
浅い睡眠、深い睡眠、レム睡眠の時間を表示。アプリで、睡眠の質をさらに高めるためのアドバイスを取得できます。
- 20 種類以上のエクササイズモード + SMARTTRACK**  
20 種類以上のエクササイズモードからメニューを選択して、ワークアウトの際にリアルタイムでデータを確認。SmartTrack を使えば、エクササイズを自動的に認識してデータを記録できます。
- 運動リマインダー**  
フレンドリーな運動リマインダーが、足のストレッチや毎時間 250 歩のウォーキングをアドバイス。250 歩を達成するとお祝いのメッセージが表示されます！
- 10 日間のバッテリーライフ**  
Fitbit Inspire 2 は頻繁な充電を必要とせず、朝も夜もインスピレーションを与え続けてくれます。バッテリーの駆動時間は、使用方法やその他の要因で変化します。
- 心肺機能のフィットネスレベルを測定**  
Fitbit アプリで、有酸素運動体力スコアをチェック。現在の状態を確認でき、改善に向けたヒントを入手できます。
- 睡眠スコアを表示**  
睡眠スコアにより、睡眠の質や長期的な傾向をすばやく簡単にチェック。より良い睡眠、より良い目覚めをサポートします。
- 通知機能**  
着信、テキストメッセージの受信、カレンダーの予定、スマートフォンアプリからの通知を、手首のデバイスに表示します。さらに、クイック返信機能でメッセージに返信できます。  
(Android のみ対応) スマートフォンが近くにある場合に利用可能です。
- 生理周期と健康状態を記録**  
トラッカーと Fitbit アプリを使って、体のリズムのチェックや症状の記録などが可能。自分の体をさらに深く理解できます。
- 1日 24 時間、継続的に心拍数を測定**  
1日 24 時間、心拍数を記録することで、エクササイズの効果の最大化、心拍数ゾーンの確認、睡眠ステージの測定、正確な消費カロリーの推定に役立ちます。
- 1日を通してアクティビティを記録**  
毎日の生活のあらゆるシーンが目標達成につながります。だから Fitbit Inspire 2 は、歩数や距離、消費カロリーを 1 日中記録し続けます。
- 水泳に対応 + 水泳のデータを測定**  
Inspire 2 は水泳に対応。シャワーやプールなど、さまざまな場所で利用できます。また、泳いだ時間の長さも自動的に測定します。  
水深 50m までの耐水仕様です。
- ペースと距離をリアルタイムで計測**  
Inspire 2 をスマートフォンの GPS に接続すると、ウォーキングやジョギング、ハイキング、サイクリングの際に、手首のデバイスでペースと距離をリアルタイムに確認できます。
- ガイド付き呼吸セッション**  
Fitbit Inspire 2 では、心拍数に基づいてカスタマイズされたガイド付き呼吸セッションにより、1 日の中で心を穏やかにする時間を確保できます。

- 高度な分析**  
アクティビティ、睡眠、心拍数を結びつける、カスタマイズされた詳細な分析を提供。改善に向けた具体的なガイダンスが得られます。
- 睡眠ツール**  
睡眠スコアの詳しい内訳により、睡眠のどの部分に改善が必要かを把握。個別にカスタマイズされた分析が、睡眠の質の向上に役立ちます。
- ゲーム & チャレンジ**  
Premium メンバーだけでなく、Fitbit の友達を招待して、さまざまなレベルのチャレンジに挑戦。競い合うことで目標達成への努力がさらに楽しくなります。

- マインドフルネスツール**  
ストレス抑制や安らかな睡眠に役立つ音楽ライブラリで、リラックスした時間を過ごせます。

## Fitbit Inspire 2

ブラック/ブラック  
ブラック/ルナホワイト  
ブラック/デザートローズ



## アクセサリーで自分らしいスタイルに

別売となります。

Inspire 2 のみ

Inspire 2、Inspire HR、Inspire 用



クラシックベルト  
Fitbit.com および  
オンラインストア独占販売:  
ブラック



ステンレススチール メッシュ  
ローズゴールド  
ステンレススチール



クリップホルダー  
Fitbit.com および  
オンラインストア独占販売:  
ブラック



デザインベルト  
ブルー



プレミアム Horween®  
レザー ダブルストラップ  
ブラック